

CANTIENICA®- Stundenplan

CANTIENICA®-Kurse

CANTIENICA®- Workshops

siehe www.studio-schneidewind.de

CANTIENICA®- Rückbildungskurse

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8 ⁰⁰							
9 ⁰⁰	9.15-10.15 Uhr	9.15-10.30 Uhr	9.15-10.15 Uhr	9.15-10.15 Uhr	9.15-10.15 Uhr		
10 ⁰⁰	10.45-12.00 Uhr	10.30-11.30 Uhr	10.30-11.30 Uhr	10.30-11.30 Uhr	10.30-11.30 Uhr		
11 ⁰⁰		mit/ohne Baby	mit/ohne Baby	mit/ohne Baby			
12 ⁰⁰		12.15-13.30 Uhr	12.15-13.30 Uhr		12.15-13.30 Uhr		
13 ⁰⁰							
14 ⁰⁰							
15 ⁰⁰							
16 ⁰⁰							
17 ⁰⁰							
18 ⁰⁰	18.00-19.00 Uhr	18.00-19.00 Uhr	18.00-19.00 Uhr	18.00-19.00 Uhr			
19 ⁰⁰	19.15-20.15 Uhr	19.15-20.15 Uhr	19.15-20.15 Uhr	19.15-20.15 Uhr			



CANTIENICA®

Methode für Körperform & Haltung

Beckenbodentraining
Das Powerprogramm
Das Rückenprogramm
Faceforming
go!