

CANTIENICA®- Stundenplan

CANTIENICA®-Kurse

CANTIENICA®- Workshops

siehe www.studio-schneidewind.de

CANTIENICA®- Rückbildungskurse



CANTIENICA®

Methode für Körperform & Haltung

Beckenbodentraining
Das Powerprogramm
Das Rückenprogramm
Faceforming
gol

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8 ⁰⁰							
9 ⁰⁰	9.15 - 10.30 Uhr	9.15 - 10.30 Uhr	9.15 - 10.15 Uhr	9.15 - 10.30 Uhr	9.15 - 10.30 Uhr		
10 ⁰⁰	10.30 - 11.30 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	12.00 - 13.00 Uhr	12.15 - 13.30 Uhr		
13 ⁰⁰							
14 ⁰⁰							
15 ⁰⁰							
16 ⁰⁰					16.45 - 17.45 Uhr		
17 ⁰⁰							
18 ⁰⁰	18.00 - 19.00 Uhr	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			