

Praxis Vita Wochenplan Grillparzer Straße (gültig ab 01.01.2019)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
PEKiP 09.30-11.00 Uhr (Andrea)	Baby-Sprechstunde (Alexandra)	FenKid 09.30-10.45 Uhr (Daphne)	Musikgarten 9-12 Monate 09.30-10.30 Uhr (Petra)	Baby-Sprechstunde (Alexandra)	Geburtsvorbereitung Paare 10.00-18.00 Uhr (Annette, Claudia, Alexandra)
PEKiP 11.15-12.45 Uhr (Andrea)		FenKid 11.00-12.15 Uhr (Daphne)	Musikgarten 5-8 Monate 10.45-11.45 Uhr (Petra)		Geburtsvorbereitung 2./3. Kind 10.00-16.00 Uhr (Annette, Claudia, Alexandra)
		Rückbildung mit Baby 13.00-14.00 Uhr (Alexandra)			Elternkurs Säuglingspflege 10.00-13.00 Uhr (Claudia)
		Babymassage 14.15-15.00 Uhr (Alexandra)	Mini-Musikanten 2-3 Jahre 16.00-17.00 Uhr (Petra)		1.Hilfe Kurs Säuglinge und Kleinkinder 09.30-13.30 Uhr (Andrea)
Fit mit Bauch (ab 16. SSW) 18.15-19.15 Uhr (Claudia)					
Rückbildung ohne Baby 19.15-20.15 Uhr (Claudia)	Yoga ab 15. SSW 18.30-19.45 Uhr (Christiane)	Geburtsvorbereitung 18.00-20.00 Uhr (Annette, Alexandra)	Geburtsvorbereitung 18.00-20.00 Uhr (Annette)		
Rückbildung II ohne Baby 20.15-21.15 Uhr (Claudia)	Postnatal Yoga 19.50-21.05 Uhr (Christiane)	Rückbildung ohne Baby 20.15-21.15 Uhr (Annette, Alexandra)			

Praxis Vita Wochenplan Andere Standorte (gültig ab 01.01.2019)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Geburtsvorbereitung Intensiv ab der 34.SSW Aqua & Soul Oberführung 09.30-11.30 Uhr (Annette)	Rückbildung mit Baby Sedanstraße 29, Step2diz 10.00-11.00 Uhr (Alexandra)	Rückbildung II mit Baby Sedanstraße 29, Step2diz 09.30-10.30 Uhr (Alexandra)	
	Rückbildung mit Baby Aqua & Soul Oberführung 11.45-12.45 Uhr (Annette)	Rückbildung mit Baby Sedanstraße 29, Step2diz 11.00-12.00 Uhr (Alexandra)	MaxiSteppers 1-2,5 Jahre Sedanstraße 29, Step2diz 11.00-11.45 Uhr (Alexandra)	
				Weilerschule: MaxiSteppers 1-2,5 Jahre 15.30-16.15 Uhr (Claudia)
Die kleinen Wirbelwinde - Tanzen für 3-4 Jahre Rasselfisch, Auerfeldstraße 22 16.00-16.45 Uhr (Claudia)	Grundschule Memeler Str.: Turntiger 3-4 Jahre 15.15 - 16.00 Uhr Ballschule 4-6 Jahre 16.15 - 17.00 Uhr (Kathrin, Ralf)		Innovative Schulen Schatzbogen: Turntiger 3-4 Jahre 15.45 - 16.30 Uhr Ballschule 4-6 Jahre 16.45 - 17.30 Uhr (Katharina)	Weilerschule: Turntiger 2,5-4 Jahre 15.30-16.15 Uhr/16.15-17.00 Uhr (Alexandra, Eva, Kathrin) Turntiger 4-6 Jahre 16.30 - 17.15 Uhr (Claudia)
Die kleinen Wirbelwinde - Tanzen für 4-5 Jahre Rasselfisch, Auerfeldstraße 2 16.50-17.35 Uhr (Claudia)			Rückbildung ohne Baby Sedanstraße 29, Step2diz 20.15-21.15 Uhr (Alexandra)	Weilerschule: Ballschule 4-5 Jahre 17.00 - 17.45 Uhr (Alexandra) Ballschule 5-6 Jahre 17.15 - 18.00 Uhr (Lars)

Legende:

- Schwangerschaftskurse
- Mama-Baby-Kurse
- Musikkurse
- Rückbildung; Postnatal Yoga
- Bewegungskurse Kinder