

# Kursplan ab Januar 2024



!!! Änderungen möglich !!!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	16:00 - 17:00 Rücken	16:30 - 17:15 Nacken	
17:30 - 18:30 Faszien	17:15 - 18:15 Ganzkörper		16:45 - 18:00 Yoga
18:45 - 20:00 Yoga	18:15- 19:15 Ganzkörper		18:15 - 19:30 Yoga
20:15 - 21:00 Entspannungskurs			19:45 - 21:00 Yoga
Präventionskurse: 60 Minuten = 140 Euro / Nacken PK: 45 Minuten = 80 Euro			
Yoga: 75 Minuten = 12 Euro			
Entspannungskurs: 45 Minuten = 10 Euro			

(Änderungen vorbehalten!)

Den aktuellsten Kursplan findest du immer auf

[www.swantje-jacobsen.de](http://www.swantje-jacobsen.de)