



Corinne Rusterholtz
Allgemeine Körperschulung & Haltungsgymnastik

Wochenplan 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Freitag
	09.30 h - 10.30 h		
10.00 h - 11.00 h Gymnastik	Gymnastik	09.10 h - 10.10 h Gymnastik	
		10.20 h - 11.20 h Gymnastik	
			14.00 h - 15.00 h Qi Gong
	17.00 h - 18.00 h Qi Gong (geschlossene Gruppe)		

Dezember 2025