

Programm Entdecker-Abo Basel

Freitag, 01.11.2024

Klubschule Jurastrasse 4

10:00 – 10:50	Yoga für den Rücken
11:00 – 11:50	Dance Workout
12:15 – 13:05	Pilates Slings

Montag, 04.11.2024

Klubschule Jurastrasse 4

09:00 – 09:50	Pilates Fortgeschrittene
10:00 – 10:50	Pilates
12:15 – 13:05	Faszien Yoga
12:15 – 13:05	Zumba
16:00 – 16:50	Gymnastik
18:00 – 18:50	Pilates Fortgeschrittene
18:05 – 18:55	Fitgym
19:00 – 19:50	Fitness-Trampolin Jumping

Dienstag, 05.11.2024

Klubschule Jurastrasse 4

09:00 – 09:50	Rückentraining
10:00 – 10:50	Rückentraining
15:00 – 15:50	Gymnastik
17:00 – 17:50	Country Line Dance
17:30 – 18:20	Yin Yoga
18:00 – 18:50	Bauch Beine Po
18:15 – 19:05	Pilates Einsteiger
18:30 – 19:30	Hatha Yoga
19:00 – 19:50	Body Toning
19:00 – 19:50	Functional Training
19:00 – 19:50	Zumba
19:10 – 20:00	Pilates
20:00 – 20:50	Country Line Dance
20:10 – 21:00	Step Aerobic
20:10 – 21:00	Vinyasa Yoga

Mittwoch, 06.11.2024

Klubschule Jurastrasse 4

09:00 – 09:50	Gymnastik
12:15 – 13:05	Pilates Slings
17:15 – 18:05	Qi Gong
17:30 – 18:20	Meditation
18:00 – 18:50	Zumba
18:10 – 19:05	Pilates Einsteiger
18:10 – 19:00	Tai Chi Chuan Fortgeschrittene
19:05 – 19:55	Tai Chi Chuan Einsteiger
19:00 – 20:15	Hatha Yoga
19:10 – 20:00	Power Yoga

20:10 – 21:00	Pilates Einsteiger
---------------	--------------------

Donnerstag, 07.11.2024

Klubschule Jurastrasse 4

12:15 – 13:05	Power Yoga
17:00 – 18:15	Orientalischer Tanz
17:00 – 17:50	Rückentraining
18:00 – 18:50	Vinyasa Yoga
18:00 – 18:50	Zumba
20:00 – 21:15	Hatha Yoga

Freitag, 08.11.2024

Klubschule Jurastrasse 4

10:00 – 10:50	Yoga für den Rücken
11:00 – 11:50	Dance Workout
12:15 – 13:05	Pilates Slings

Wir ziehen um und freuen uns, dich ab Montag, 11. November 2024 in der neuen Klubschule Basel an der Grosspeterstrasse 18 begrüßen zu dürfen.

Montag, 11.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Pilates Fortgeschrittene
10:00 – 10:50	Pilates
12:15 – 13:05	Faszien Yoga
12:15 – 13:05	Zumba
16:00 – 16:50	Gymnastik
18:00 – 18:50	Pilates Fortgeschrittene
18:05 – 18:55	Fitgym
19:00 – 19:50	Fitness-Trampolin Jumping

Dienstag, 12.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Rückentraining
10:00 – 10:50	Rückentraining
15:00 – 15:50	Gymnastik
17:00 – 17:50	Country Line Dance
17:15 – 18:05	Yin Yoga
18:00 – 18:50	Bauch Beine Po
18:15 – 19:05	Pilates Einsteiger
18:00 – 19:00	Hatha Yoga
19:00 – 19:50	Body Toning
19:00 – 19:50	Functional Training
19:15 – 19:50	Zumba
19:10 – 20:05	Pilates
20:00 – 20:50	Country Line Dance

20:10 – 21:00	Step Aerobic
---------------	--------------

20:10 – 21:00	Vinyasa Yoga
---------------	--------------

Mittwoch, 13.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Gymnastik
12:15 – 13:05	Pilates Slings
14:00 – 14:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Acrylmalen
16:00 – 16:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Aquarellieren
17:15 – 18:05	Qi Gong
17:30 – 18:20	Meditation
18:00 – 18:50	Zumba
18:10 – 19:05	Pilates Einsteiger
18:10 – 19:00	Tai Chi Chuan Fortgeschrittene
19:00 – 20:15	Hatha Yoga
19:05 – 19:55	Thai Chi Chuan Einsteiger
19:10 – 20:00	Power Yoga
20:10 – 21:00	Pilates Einsteiger
20:20 – 21:35	Standard Tanz

Donnerstag, 14.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

12:15 – 13:05	Power Yoga
17:00 – 18:15	Orientalischer Tanz
17:00 – 17:50	Rückentraining
18:00 – 18:50	Vinyasa Yoga
18:00 – 18:50	Zumba
18:00 – 18:50	Kochen: Vegane Festtagsküche
20:00 – 21:15	Hatha Yoga

Freitag, 15.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

10:00 – 10:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Kreativ und experimentell
10:00 – 10:50	Yoga für den Rücken
11:00 – 11:50	Dance Workout
12:15 – 13:05	Pilates Slings
13:00 – 13:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Kreativ und experimentell
18:00 – 18:50	Kochen: Gemüsegerichte

Samstag, 16.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

10:00 – 10:50	Kochen: Indische Küche
---------------	------------------------

O = Kurs findet online statt

Programm Entdecker-Abo Basel

Montag, 18.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Pilates Fortgeschrittene
10:00 – 10:50	Pilates
10:30 – 11:20	Kochen: Japanischen Küche: Sushi
12:15 – 13:05	Faszien Yoga
12:15 – 13:05	Zumba
15:00 – 15:50	Zeichnen und Malen
16:00 – 16:50	Gymnastik
18:00 – 18:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Acryl & Öl
18:00 – 18:50	Kochen: Asiatische Küche: Currys
18.15 – 19:05	Nähen
18:00 – 18:50	Pilates Fortgeschrittene
18:05 – 18:55	Fitgym
19:00 – 19:50	Fitness-Trampolin Jumping

Dienstag, 19.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Rückentraining
10:00 – 10:50	Rückentraining
15:00 – 15:50	Gymnastik
17:00 – 17:50	Country Line Dance
17:15 – 18:05	Yin Yoga
18:00 – 18:50	Bauch Beine Po
18:00 – 18:50	Handweben
18:15 – 19:05	Pilates Einsteiger
18:00 – 19:00	Hatha Yoga
19:00 – 19:50	Body Toning
19:00 – 19:50	Functional Training
19:15 – 20:05	Zumba
19:10 – 20:00	Pilates
20:00 – 20:50	Country Line Dance
20:10 – 21:00	Step Aerobic
20:10 – 21:00	Vinyasa Yoga

Mittwoch, 20.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Gymnastik
12:15 – 13:05	Pilates Slings
14:00 – 14:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Acrylmalen
16:00 – 16:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Aquarellieren
17:15 – 18:05	Qi Gong
17:30 – 18:20	Meditation
18:00 – 18:50	Zumba
18:00 – 18:50	Kochen: Vegane Süssigkeiten
18:10 – 19:05	Pilates Einsteiger

18:10 – 19:00	Tai Chi Chuan Fortgeschrittene
19:00 – 20:15	Hatha Yoga
19:05 – 19:55	Thai Chi Chuas Einsteiger
19:10 – 20:00	Power Yoga
20:10 – 21:00	Pilates Einsteiger

Donnerstag, 21.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

08:30 – 09:20	Nähen
09:00 – 09:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Landschaften
10:00 – 10:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Acrylmalen
12:15 – 13:05	Power Yoga
17:00 – 18:15	Orientalischer Tanz
17:00 – 17:50	Rückentraining
18:00 – 18:50	Nähen
18:00 – 18:50	Vinyasa Yoga
18:00 – 18:50	Zumba
18:00 – 18:50	Kochen: Schnelle Rezepte
20:00 – 21:15	Hatha Yoga

Freitag, 22.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

10:00 – 10:50	Yoga für den Rücken
11:00 – 11:50	Dance Workout
12:15 – 13:05	Pilates Slings

Montag, 25.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Pilates Fortgeschrittene
10:00 – 10:50	Pilates
12:15 – 13:05	Faszien Yoga
12:15 – 13:05	Zumba
15:00 – 15:50	Zeichnen und Malen
16:00 – 16:50	Gymnastik
18:00 – 18:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Acryl & Öl
18.15 – 19:05	Nähen
18:00 – 18:50	Pilates Fortgeschrittene
18:05 – 18:55	Fitgym
19:00 – 19:50	Fitness-Trampolin Jumping

Dienstag, 26.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Rückentraining
10:00 – 10:50	Rückentraining
14:00 – 14:50	Floristik: Advent
15:00 – 15:50	Gymnastik

17:00 – 17.50	Country Line Dance
17:15 – 18:05	Yin Yoga
18:00 – 18:50	Bauch Beine Po
18:00 – 18:50	Handweben
18:15 – 19:05	Pilates Einsteiger
18:00 – 19:00	Hatha Yoga
19:00 – 19:50	Body Toning
19:00 – 19:50	Functional Training
19:15 – 20:05	Zumba
19:10 – 20:00	Pilates
20:00 – 20:50	Country Line Dance
20:10 – 21:00	Step Aerobic
20:10 – 21:00	Vinyasa Yoga

Mittwoch, 27.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Gymnastik
12:15 – 13:05	Pilates Slings
14:00 – 14:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Acrylmalen
16:00 – 16:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Aquarellieren
17:00 – 17:50	Floristik: Advent
17:15 – 18:05	Qi Gong
17:30 – 18:20	Meditation
18:00 – 18:50	Zumba
18:00 – 18:50	Kochen: Vegane Süssigkeiten
18:10 – 19:05	Pilates Einsteiger
18:10 – 19:00	Tai Chi Chuan Fortgeschrittene
19:00 – 20:15	Hatha Yoga
19:10 – 20:00	Power Yoga
20:10 – 21:00	Pilates Einsteiger

Donnerstag, 28.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

09:00 – 09:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Landschaften
10:00 – 10:50	Malen, Zeichnen, Skizzieren: Acrylmalen
12:15 – 13:05	Power Yoga
17:00 – 18:15	Orientalischer Tanz
17:00 – 17:50	Rückentraining
18.00 – 18:50	Nähen
18:00 – 18:50	Vinyasa Yoga
18:00 – 18:50	Zumba
18:00 – 18:50	Nähen
18:00 – 18:50	Kochen: Gäste verwöhnen Das perfekte Dinner
20:00 – 21:15	Hatha Yoga

o = Kurs findet online statt

Programm Entdecker-Abo Basel

Freitag, 29.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

10:00 – 10:50 Malen, Zeichnen,
Skizzieren:
Kreativ und experimentell

10:00 – 10:50 Yoga für den Rücken

11:00 – 11:50 Dance Workout

12:15 – 13:05 Pilates Slings

13:00 – 13:50 Malen, Zeichnen,
Skizzieren:
Kreativ und experimentell

17:00 – 17:50 Floristik: Advent

18:00 – 18:50 Kochen:
Vegane Festtagsküche

Samstag, 30.11.2024

Klubschule Grosspeterstrasse 18

14:00 – 14:50 Floristik: Advent
