

Weitere Infos  
und Anmeldung:

Marsstraße 16-18  
46509 Xanten

0 177 - 5 81 63 73  
info@solarplexxus.de

solarplexxus  
for body & mind

Vera Heimann

Studio für Yoga, Pilates,  
Prävention und Wellness

www.solarplexxus.de



## Online-Kursplan >> > 02.11.-30.11.2020

### Montag

Pilates für den Rücken 17:15-18:15 Uhr

Vinyasa Yoga-Flow 18:40-19:40 Uhr

### Dienstag

Rücken-Yoga & Entspannung 18:50-20:05 Uhr



### KursTICKETS\*

Preise ab 01.11.2020:

EinzelTICKET.....14,00 €

3er KursTICKET.....40,00 €

5er KursTICKET.....65,00 €

8er KursTICKET.....99,00 €

16er KursTICKET...180,00 €

\*Die Kurs(Online)TICKETS  
sind gültig für alle Kurs-  
angebote (siehe links)!



### Donnerstag

Functionale Fit, Faszientraining & Mobility 18:20-19:20 Uhr

Hatha Yoga - für Körper, Geist & Seele 19:40-20:55 Uhr

Für die limitierten Kursplätze live in meinem Studio könnt ihr euch wieder anmelden, sobald die Corona-Schutzverordnung es erlaubt. Die bereits begonnenen Präventionskurse "Pilates für den Rücken" werden sobald wie möglich fortgesetzt, wenn ich mein Studio wieder für euch öffnen darf!