




Winterkursplan 2025

13.01.2025 - 06.04.2025

Montag			Dienstag		Mittwoch				Donnerstag		Freitag
Raum 1	Raum 2	Buckau	Raum 1/Extern	Raum 2/Buckau	Raum 1	Raum 2	Buckau	Extern	Buckau/Extern	Raum 2	Raum 2
			07:00 Hatha Yoga (Karen)  144€ (108€ Online)		09:00 Präventives Ausdauertraining für Senioren (Jenny H.) 144€ (130€ Senioren)		09:30 Reha Orthopädie (Patricia) Buckau \$44 SGB IX		7:30 Aquafitness (Anika) ab 09.01. Elbeschwimmhalle 180€	09:00 Becken abwärts Reha Orthopädie (Katrin) \$44 SGB IX	
9:45 Senioren-gymnastik (Katrin) 144€ (130€ Senioren)			09:30 Sanftes Multifitness (Katrin) 144€ (130€ Senioren)		10:15 Mulfitness für Senioren (Jenny H.) 144€ (130€ Senioren)	10:00 MaPa-Baby-Fit (Chiara) 120€	10:30 Reha Orthopädie (Patricia) Buckau \$44 SGB IX			10:00 Becken aufwärts Reha Orthopädie (Katrin) \$44 SGB IX	15:30 Vinyasa Yoga (Isi) 120€
11:00 Becken abwärts Reha Orthopädie (Katrin) \$44 SGB IX	14:00 Ganzkörper Reha Orthopädie (Katrin) \$44 SGB IX		9:45 & 10:45 Senioren-gymnastik HS (Maria) BWH HS MG Extern o. 120€	10:45 Rückbildungsyoga (Ronja) 144€			11:30 Reha Orthopädie (Patricia) Buckau \$44 SGB IX		17:00 Ganzkörpertraining nach Pilates (Simone) Buckau 144€	17:15 Vinyasa Yoga (Ronja) 144€	
	15:00 Yoga Inklusiv Reha Orthopädie (Katrin) 144€/ \$44 SGB IX	15:30 Multifitness Rücken (Patricia) Buckau 120€	10:45 Becken aufwärts Reha Orthopädie (Katrin) \$44 SGB IX	16:00 Bewegungskids (Jenny L.) 4-7 Jahre Buckau MG Kids o.108 €	15:45 Kinder Yoga 5-7 Jahre (Marina) MG Kids o. 99€	15:45 Yoga für Schwangere (Ronja) 144 €			18:15 Ganzkörpertraining nach Pilates (Simone) Buckau 144€	18:30 Hatha Yoga (Isi) 120€	Unsere Präventionskurse sind nach §20 SGB V durch die Krankenkassen bezuschussbar.
17:00 Multifitness Rücken (Jenny H.)  144€ (108€ Online)	16:15 Hatha Yoga (Jessica) 120€	16:45 Hatha Yoga (Patricia) Buckau 120€	17:00 & 17:45 Aquafitness (Vio) NRZ 168€	16:00 Multifitness Rücken (Heike) 120€	17:00 Body Fit (Lisa) 120€	17:00 Qigong nicht am 29.01. & 02.04. (Jenny H.) 120€	17:00 Entspannung mit Yoga (Patricia) Buckau 120€	17:00 Hatha Yoga (Marie) 6x Wüstenjerichow 60€	Standorte Buckau Schönebecker Straße 110b, 39104 MD BWH HS Breitscheidstraße 2, 39114 MD NRZ Hopfengarten Gustav-Ricker-Straße 4, 39120 MD Wüstenjerichow Dorfstraße 30b, 39291 Möckern Schwimmhalle Olvenstedt Johannes-Göderitz-Straße 113, 39130 MD Elbeschwimmhalle Virchowstraße 9, 39104 MD 		Teilnahme nach Anmeldung über unsere Webseite www.omnia-magdeburg.com oder mail@omnia-magdeburg.com 0391 / 55 83 93 20 Instagram & Facebook via omnia_magdeburg
18:15 Cardiofitness (Chiara) 120 €	17:30 90 min Hatha Yoga (Ronja) 216€	18:00 Ganzkörpertraining nach Pilates (Simone) Buckau 144€	18:15 Multifitness Rücken (Martina) 144€	17:15 & 18:30 Happy Yoga (Anja) 120€		18:15 Männer Yoga (Basti) 120€	18:15 Hatha Yoga (Guido) Buckau 120€	18:00 Dancefitness (Josi) nicht am 29.01. Hegelgymnasium MG Extern o. 110€			
19:30 Bauch-Beine-Po (Chiara) 120€	19:15 Hatha Yoga (Anne) 144€		19:30 Pilates (Martina) 144€			19:30 AROHA® nicht am 29.01. & 02.04. (Jenny H.) 100€	19:30 Hatha Yoga Intensive (Guido) Buckau 120€	20:00 & 20:45 Aquafitness (Denise) ab 08.01. SH Olvenstedt 156€	Kurse mit diesem Zeichen werden auch als ONLINE Kurs angeboten		