

Power-Woche im ACARA 23.Feb bis 1.März 2026
alle Kurs live & online

Montag 18.00 Uhr FeetUp Yoga-Pilates-Mix *Special*

Mittwoch 8.00 Uhr Rückenfit & Faszien
19.00 Uhr Pilates, Faszien & Relax

Donnerstag 17.30 Uhr Abendroutine
18.45 Uhr Ashtanga Yoga

Freitag 8.00 Uhr Yoga, Bauch & Po
17.30 Uhr FitballFun *Special*

Sonntag 10.30 Uhr FeetUp Yoga & mehr *Special*