

DRINKS

KAFFEE & HOT im Sommer auch in kalt

MILCHKAFFEE / CAPPUCCINO	3.70
LATTE MACCHIATO	3.90
KAFFEE	3.30
TEE	3.30
KINDERMILCH / KAKAO	1.50
EXTRA GROSS	+ 1.50
HAFERMILCH	+ 0.50

COLD

SCHORLEN OSTMOST (0,33L)	3.70
<small>Apfel, Apfel-Minze, Apfel-Rhabarber, Apfel-Johannisbeere, WAYSA Green Original (koffeinhaltiger GuayusaTee)</small>	
WASSER KL./GR.	3.30 / 3.70

ANSTOSSEN OHNE BUMS*

WEISSWEIN	5.90
PRICKELND 0,1 L	3.50
ROSÉ WILD BERRY	7.50
<small>Rosé oder Weißwein, Wildberry, Minze</small>	
RHABARBER ROSÉ	7.50
<small>Rosé, Rhabarbersaft, Minze</small>	

FOOD

SMOOTHIE BOWL

FOREVER BEAUTIFUL	8.90
<small>Erdbeeren, Himbeeren, Banane, Hafer(milch), Antioxidant Superfood Bowl Topping: Früchte, Getreide, Samen, Mandelsplitter, Kakao Nibs</small>	
FRESH CLEANING	8.90
<small>Mango, Ananas, Banane, Hafer(milch), Cleansing Superfood Bowl Topping: Früchte, Samen, Mandelgranola, Kokossplitter</small>	

SCHNITTEN & MÜSLI

AVOCADOSCHNITTE MIT GEWÜRZEN	7.90
FRISCHKÄSESCHNITTE MIT CRANBERRYS & WALNÜSSEN	7.90
FITNESSMÜSLI MIT JOGHURT UND FRISCHEM OBST	6.90

KUCHEN

WÖCHENTLICH WECHSELND	4.20
-----------------------	------

KIDS

DRINKS & SNACKS

WASSER	FREE
APFELSAFT/SCHORLE NATURTRÜB 0,2 L	2.90
OBSTELLER <small>saisonal wechselnd</small>	4.90
SNACKVARIATION <small>Kleine Dinkelbrezen, Dinkelbällchen, Erdbeerchips, Rosinen</small>	4.50

AUSGLEICH FÜR DIE NUTZUNG
DER SPIEL-/ LIEGEFLÄCHE &
SPIELMATERIALIEN

7,- €**

*KOLONNE NULL = 0% Alkohol
** Ausgenommen sind Teilnehmer/- innen, die bei uns einen laufenden/bevorstehenden Kurs gebucht haben.

KURSPLAN

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

BABYMASSAGE
CA. 8 WOCHEN-6M.
09:00-10:00
YVONNE

WALDSPIELRACKER
CA. 18-36 MONATE
10:30-11:30
YVONNE

BODY, MIND & KIDS
CA. 9-18 MONATE
10:15-11:15
NATALIE

BABYRACKER
6 WOCHEN-6M.
11:45-12:45
YVONNE

DRUMMING+SINGALONG
CA. 3-5 YEARS
16:30 - 17:30
SAEHEE

INTENSE FULL BODY
19:00-19:30
DOMINIK

INTENSE FULL BODY
19:45-20:15
DOMINIK

POWER-RÜCKBILDUNG I
(MIT / OHNE BABY)
09:00-10:00
DANI

NACH DER RÜCKBILDUNG
(MIT / OHNE BABY)
10:10-11:00
DANI

KINDERYOGA
CA. 3-6 JAHRE
16:30-17:30
ANNETTE

YOGA MIND FLOW
18:00-19:00
CHRIS

BODY, MIND & KIDS
CA. 4-12 MONATE
09:30-10:30
NATALIE

BODY, MIND & KIDS
CA. 12-24 MONATE
10:45-11:45
NATALIE

BODY, MIND & KIDS
CA. 4-12 MONATE
12:00-13:00
NATALIE

BODY, MIND & KIDS
CA. 18-24 MONATE
15:30-16:30
NATALIE

BODY, MIND & KIDS
CA. 24-36 MONATE
16:45-17:45
NATALIE

INTENSE FULL BODY
18:30-19:00
DOMINIK

INTENSE FULL BODY
19:15-19:45
DOMINIK

MUSIKZWERGE
CA. 6-24 MONATE
09:00-09:45
CARO

POWER FLOW YOGA
19:30-20:15
ISABELLE

STRENGTH & STRETCH
20:15-21:00
ISABELLE

INTENSE FULL BODY
09:00-09:30
DOMINIK

MORNING YOGA
10:00-11:00
ISABELLE

DRUMMING+SINGALONG
CA. 6-24 MONTHS
11:30-12:30
SAEHEE

KINDERYOGA
CA. 3-6 JAHRE
15:30-16:30
ANNETTE

KINDERYOGA
CA. 7-10 JAHRE
17:00-18.00
ANNETTE

ZUMBA
10:30 - 11:30
PEGGY

RETREATS & EVENTS

- BODY, MIND & BRUNCH/DINNER
- BRUNCH MIT FREUNDEN (+KIDS)
- (KINDER-)GEBURTSTAG
- BABYSHOWER / GENDER REVEAL
- WORKSHOPS ETC.

DRUMMING+SINGALONG
CA. 6-24 MONTHS
15:00 - 16:00
SAEHEE

DRUMMING+SINGALONG
CA. 3-5 YEARS
16:30 - 17:30
SAEHEE

AUCH ONLINE

OUTDOOR / MIT BUGGY

AUCH ONLINE

AUCH ONLINE

AUCH ONLINE

FLEXIBLE TERMINE:

PERSONAL TRAINING & MOTHER COACHING

- KINDERKURSE
- FITNESS, YOGA & ENTSPANNUNG
- KK-BEZUSCHUSST

Die Rückbildung muss separat gebucht werden und ist nicht über die Punktekarten buchbar