

Winterkalender

VERANSTALTUNGEN,
EVENTS UND AKTIVWOCHEN 2024



WIRTHSHOF

AKTIV

JANUAR

... übrigens:
Aktivprogramm auch in den Ferien!

1 MO	Neujahr
2 DI	Event! Tipp: GLÜH-ZAUBER täglich 16:30-18:30 I 30.12. bis 06.01. im Hinterhof!
3 MI	
4 DO	Tipp: ZwischenZeitKalender Inspirationen für die Kühlschränktür: wirthshof-aktiv.de/aktuell
5 FR	NIA DANCE - WORKSHOP I 10-11:30
6 SA	WINTERWANDERN I 14:30-16:30 Heilige Drei Könige Narrenweckruf Markdorf
7 SO	HOFSCHENKE geschlossen: 07. bis 11.01.
8 MO	
9 DI	
10 MI	Wechsel-Zirkus Januar bis März I Mittwoch und Donnerstagabend abwechselnd: Best of Basics I Yin Yoga I Faszien Roll Flow Dance I Yoga für Kerle I ... siehe Kursplan!
11 DO	YIN YOGA I 19:45-21
12 FR	TANZ-TUTORIAL I 17-17:45
13 SA	MYSTISCHER BAUMSPAZIERGANG mit Conny I 15-17
14 SO	
15 MO	
16 DI	
17 MI	FLOW DANCE I 19:30-20:30
18 DO	ATEM & ACHTSAMKEIT I 19:45-20:45
19 FR	
20 SA	WINTERWANDERN mit Gesundheitsimpuls I 14-16
21 SO	
22 MO	Sebastianusmarkt Markdorf
23 DI	
24 MI	FASZIEN ROLL I 19:30-20:30
25 DO	YIN YOGA I 19:45-21
26 FR	
27 SA	MYSTISCHER BAUMSPAZIERGANG mit Conny I 14:30-16:30 Firlifanz Faschnachtsball Markdorf
28 SO	
29 MO	
30 DI	
31 MI	ATEM & ACHTSAMKEIT I 19:30-20:30

FEBRUAR

1 DO	YOGA FÜR KERLE I 19:45-21
2 FR	KEIN Nia mit Simone
3 SA	Narrenbaumsetzen in Markdorf
4 SO	
5 MO	KEIN Nia mit Simone TANZ-TUTORIAL I 17:30-18:15
6 DI	
7 MI	ALL IN FITNESS I 19:30-20:30
8 DO	Schmutziger Dunschdig Hemdglonkerumzug in Markdorf
9 FR	
10 SA	
11 SO	Fasnachtssonntag Fasnachtsumzug in Markdorf
12 MO	Rosenmontag Markdorf total ver-rückt!
13 DI	
14 MI	Event! Musik I Flashmob I Kundgebung ONE BILLION RISING weltweiter Aktionstag I 16 Uhr I Marktplatz
15 DO	ATEM & ACHTSAMKEIT I 19:45-20:45
16 FR	
17 SA	MYSTISCHER BAUMSPAZIERGANG mit Conny I 14:30-16:30
18 SO	Funkensonntag
19 MO	
20 DI	
21 MI	FASZIEN ROLL I 19:30-20:30
22 DO	YIN YOGA I 19:45-21
23 FR	
24 SA	
25 SO	
26 MO	
27 DI	
28 MI	ATEM & ACHTSAMKEIT I 19:30-20:30
29 DO	YOGA FÜR KERLE I 19:45-21

MÄRZ

1 FR	
2 SA	VOR-FRÜHLINGS-KRÄUTER I 15-17
3 SO	
4 MO	
5 DI	PRÄVENTION! Tipp: Bei regelmäßiger Teilnahme besuchen gesetzliche Krankenkassen Deine Kursgebühr! Zweimal im Jahr!
6 MI	
7 DO	
8 FR	Weltfrauentag
9 SA	
10 SO	
11 MO	einzigartig GESUNDHEITSWOCHEN MARKDORF I 11.03.-24.03. im Wirthshof und in ganz Markdorf Impulsvorträge, Workshops, Mitmachangebote und Rabattaktionen
12 DI	
13 MI	
14 DO	
15 FR	TAG DER RÜCKENGESUNDHEIT Tag der Rückengesundheit Deutschland
16 SA	
17 SO	
18 MO	Diese Woche: KEIN Nia mit Simone
19 DI	
20 MI	YOGATAGE I 20.03.-23.03. Frühlingsbeginn I Tagundnachtgleiche
21 DO	WALDBADEN I 16-18 Tag des Waldes
22 FR	FASZIEN TRAINING UND YOGA Well-Aktiv-Programm I 21.03.-24.03. 2 Präventionskurse m. Zuschuss bis 200 €
23 SA	
24 SO	FRÜHLINGS-KRÄUTER I 14:30-16
25 MO	Event! MARKT TAG IN WIRTHSHOF Osterferien in Baden-Württemberg
26 DI	
27 MI	
28 DO	
29 FR	
30 SA	



Auf dem Laufenden? Abonniere unseren AKTIV-Newsletter und erfahre mehr zu unseren Events und kurzfristig geplanten Workshops und Vorträgen. Alle Angaben ohne Gewähr I Kurzfristige Änderungen sind möglich.

Ausblick April:
TRAINERAUSBILDUNG SLOW JOGGING: 06.04.-08.04.
DIE AKTIVWOCHE.DAS ORIGINAL: 21.04.-27.04.
WELL-AKTIV GESUNDHEITSWANDERN+YOGA: 11.04.-14.04.