

• KURSPLAN MAI 2018 •

MONTAG

7.30 – 8.30

MEDITATION · Carsten (Nur mit Anmeldung)

9.00 – 10.15

QIGONG · Parichard

10.30 – 11.45

TAI CHI · Parichard

18.00 – 19.30

LU JONG Tibetischer Heilyoga · Bibi Nanaki

20.00 – 21.30

KUNDALINI YOGA · Bibi Nanaki

DIENSTAG

9.00 – 10.30

KUNDALINI YOGA · Caroline

18.00 – 19.30

YIN YOGA · Ewa

20.00 – 21.30

KUNDALINI YOGA · Caroline

MITTWOCH

8.45 – 9.45

* **HATHA YOGA*** · Susanne

10 Termine - von den Krankenkassen bezuschusst

10.00 – 11.00

* **INNER MUSCLE WORKOUT** · Corinna*

QUEREINSTIEG MÖGLICH

16.30 – 18.00

HATHA VINYASA FLOW · Friedrich

18.30 – 20.00

KUNDALINI YOGA für Frauen · Caroline

DONNERSTAG

9.15 – 10.30

PILATES · Anasthasia

16.30 – 17.30

* **YOGA SANFT** · Susanne*

10 Termine - von den Krankenkassen bezuschusst

18.00 – 19.30

HATHA YOGA · Simone

20.00 – 21.30

KUNDALINI YOGA · Johanna

FREITAG

9.00 – 10.30

SHIVA SHAKTI YOGA · Jasmin**

11.00 – 12.30

KUNDALINI YOGA · Caroline

16.00 – 17.00

* **INNER MUSCLE WORKOUT** · Corinna*

QUEREINSTIEG MÖGLICH

17.30 – 19.00

YIN YOGA - RESTORATIVES YOGA · Friedrich

SAMSTAG

10.30 – 12.00

HATHA VINYASA FLOW · Friedrich

SONNTAG

19.30 – 21.00

KUNDALINI YOGA · Karin

* Kurse von der Krankenkasse bezuschusst

** Kennenlernkarte mit Zuzahlung möglich