

KURSPLAN (Stand) SEPTEMBER 2020

MONTAG

8.00 – 9.30

10.00 – 11.15

18.00 – 19.30

20.00 – 21.30

KUNDALINI YOGA · Rabea

RÜCKBILDUNGSYOGA PRÄVENTION · Sonja (ab September)

SCHWANGEREN YOGA · Paula-Maria (ab September)

KUNDALINI YOGA · Rabea (ab September)

DIENSTAG

9.00 – 10.30

11.00 – 12.30

16.00 – 17.30

18.00 – 19.30

20.00 – 21.30

KUNDALINI YOGA · Lena

SCHWANGEREN YOGA · Lena (ab September)

PRAXIS DER ACHTSAMKEIT (MBSR) · Brigitte

YIN YOGA · Ewa

KUNDALINI YOGA · Caroline

MITTWOCH

10.00 – 11.00

18.30 – 20.00

20.15 – 21.45

INNER MUSCLE WORKOUT PRÄVENTION · Corinna

KUNDALINI YOGA für Frauen · Caroline

YIN YOGA · Jasmin

DONNERSTAG

9.15 – 10.30

11.00 – 12.30

16.30 – 17.30

18.00 – 19.30

20.00 – 21.30

TAI JI · Britta

YIN YOGA · Rike

HATHA YOGA SANFT PRÄVENTION · Susanne

HATHA YOGA PRÄVENTION · Susanne

KUNDALINI YOGA · Johanna (ab September)

FREITAG

9.00 – 10.30

11.00 – 12.30

16.00 – 17.00

17.30 – 19.00

SOUL YOGA · Jasmin

KUNDALINI YOGA · Caroline

INNER MUSCLE WORKOUT PRÄVENTION · Corinna

YIN YOGA - RESTORATIVES YOGA · Friedrich

SAMSTAG

10.30 – 12.00

HATHA VINYASA FLOW · Friedrich STUDIO&ONLINE

SONNTAG

19.00 – 20.30

KUNDALINI YOGA · Rabea