

KURSPLAN (Stand) OKTOBER 2020

• begrenzte Plätze | unbedingt anmelden •

MONTAG

18.00 – 19.30

SCHWANGEREN YOGA · Paula-Maria

20.00 – 21.30

KUNDALINI YOGA · Rabea

DIENSTAG

9.00 – 10.30

KUNDALINI YOGA · Lena

11.00 – 12.30

SCHWANGEREN YOGA · Lena

16.00 – 17.30

PRAXIS DER ACHTSAMKEIT (MBSR) · Brigitte

18.00 – 19.30

YIN YOGA · Ewa

20.00 – 21.30

KUNDALINI YOGA · Caroline

MITTWOCH

10.00 – 11.00

INNER MUSCLE WORKOUT PRÄVENTION · Corinna

18.30 – 20.00

KUNDALINI YOGA für Frauen · Caroline

20.15 – 21.45

YIN YOGA · Jasmin

DONNERSTAG

9.15 – 10.30

TAI JI · Britta

16.30 – 17.30

HATHA YOGA SANFT PRÄVENTION · Susanne

18.00 – 19.30

HATHA YOGA PRÄVENTION · Susanne

20.00 – 21.30

KUNDALINI YOGA · Johanna

FREITAG

9.00 – 10.30

SOUL YOGA · Jasmin

11.00 – 12.30

KUNDALINI YOGA · Caroline

16.00 – 17.00

INNER MUSCLE WORKOUT PRÄVENTION · Corinna

17.30 – 19.00

YIN YOGA - RESTORATIVES YOGA · Friedrich

SAMSTAG

10.30 – 12.00

HATHA VINYASA FLOW · Friedrich

SONNTAG

19.00 – 20.30

KUNDALINI YOGA · Rabea

- VIELE KURSE FINDEN IM STUDIO UND ONLINE STATT -