



Kursplan gültig ab 1.7.2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		GABRIELLA 09:30 - 11:00 Yoga Vinyasa flow Beginner - 1	GABRIELLA 09:30 – 10:45 Yin Yoga für alle	JULIA 09:30 – 10:30 Faszien Yoga flow Rücken & Core für alle	TATIANA 10:00 - 11:15 Yin Yoga für alle	
GABRIELLA 10.00 - 11:30 Hatha Yoga sanfte Praxis	DORO 10:00 - 11:00 Pilates für alle	DORO 09:30 - 10:30* Mom & Baby Yoga / Pilates	DORO 11:00 - 12:00* Pilates Level 2	DORO 10:00 - 11:00 Pilates für alle	UTE / DORO 11:30 - 12:30 Pilates für alle	VERA / LAURA 10:00 - 11:30 Good Morning flow Yoga Vinyasa für alle
		DORO 17:00 - 18:00* Indoor Cycling			SARVANI 15:15 - 16:45** Meditation Workshop-Reihe Siehe Aushang	
DORO 17:00 - 18:00 Pilates für alle		JULIA 17:45 - 19:00 Yin Yoga für alle	SARVANI 16:45 - 17:45* Kids Yoga			Yoga-Workshops:** siehe Aushänge oder Website unter „Aktuelles“
JULIA 18:15 - 19:30 Yin Yoga für alle		DORO 18:15 - 19:15 Faszien Pilates für alle	SARVANI 18:15 - 19:30* Yoga für Schwangere	DORO / CONNY 17:30 - 18:30 Pilates für alle		
DORO 18:15 - 19:15 Pilates für alle – Level 1	TANJA 18:30 - 19:45 Yoga Vinyasa flow Follow your heart Beginner - Level 1	CONNY 19:30 - 20:30 Pilates Beginner / für alle	LORENZ 18:15 - 19:45 Yoga Vinyasa flow Level 1-2	HARALD 18:45 -19:45 Faszien Yoga für alle	* bitte um Voranmeldung bis 17:00 Uhr am vorherigen Tag, Kurs findet ab 3 TN statt! ** separate Anmeldung erforderlich, mit Zuzahlung	
JULIA 19:45 - 21:00 Yin Yoga für alle	TANJA 20:00 - 21:00 Rücken Yoga Happy Spine für alle		LORENZ 20:00 - 21:00 Yoga Vinyasa flow Beginner / für alle		Unsere Räumlichkeiten können stundenweise angemietet werden! Änderungen vorbehalten! (Kurse finden ab 3 TN statt!!)	