



Robinson

Zentrum für
Pilates | Yoga | Rebalancing

Kursplan

Zentrum für Pilates | Yoga | Rebalancing
Dorothee Robinson
Am Nierholz 1
41469 Neuss

Tel.: 02137 - 149 98 60
Mobil: 0172 - 209 81 46
info@robinson-yoga.de
www.robinson-yoga.de

Kursplan ab 14. September 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Hatha Yoga - sanft 9:30 - 10:45 · Harald + Online	ab 06.10.2026 Move & Flow <i>Mobilisieren · Aktivieren · Lockern</i> 09:30 - 10:30 · Nathalie + Online	Fayolates <i>Pilates · Yoga · Faszien</i> 10:00 - 11:00 · Harald + Online	Yin Yoga 10:00 - 11:15 · Sigrid + Online	Vinyasa Yoga Flow 8:30 - 9:45 · Kerstin + Online	Yin Yoga 10:00 - 11:15 · Sigrid + Online	Vinyasa Yoga Flow 10:00 - 11:15 · Sia + Online
Pilates Reformer* (+ alle Pilates-Geräte) 15:45 - 16:45 · Doro	Pilates Reformer* (+ alle Pilates-Geräte) 10:45 - 11:45 · Doro 16:30 - 17:30 · Doro	Pilates Reformer* (+ alle Pilates-Geräte) 16:15 - 17:15 · Doro			Pilates Reformer* (+ alle Pilates-Geräte) 11:45 - 12:45 · Pilar 13:00 - 14:00 · Pilar Einzelne Termine siehe App	
Dehnung & Faszien <i>nach Liebscher & Bracht</i> 17:00 - 18:00 · Doro + Online	Pilates 17:00 - 18:00 Marion + Online		Pilates 17:00 - 18:00 Annika + Online	Dehnung & Faszien <i>nach Liebscher & Bracht</i> 16:45 - 17:45 · Doro + Online		Intensivkurs Dehnung & Faszientraining · <i>nach Liebscher & Bracht</i> 14:30 - 17:30* · Doro Datum siehe Aushang
Pilates 18:15 - 19:15 · Doro + Online	Vinyasa Yoga Flow 18:30 - 19:45 · Kerstin + Online	Dehnung · Mobility · Faszien <i>nach Liebscher & Bracht</i> 17:30 - 18:45 · Doro + Online	Vinyasa Yoga Flow 18:15 - 19:30 · Valeria + Online	Pilates 18:00 - 19:00 · Doro + Online	Bitte um vorherige Reservierung über die Robinson-Butterfly-App! *separate Anmeldung nötig, mit Zuzahlung! + Online = Präsenzkurs im Studio, zusätzlich live via Zoom. Für die Online-Teilnahme wird entsprechendes Zubehör zu Hause benötigt. Bitte nachfragen! Änderungen vorbehalten!	
Vagus Yoga <i>Entspannung & Regeneration</i> 19:30 - 20:45 · Susanne + Online	Evening Reset <i>Sanftes Yoga</i> 20:00 - 21:00 Kristin / Kerstin + Online	Pilates 19:00 - 20:00 · Anna + Online	Yin Yoga 19:45 - 20:45 · Valeria + Online	Somatic Yoga <i>Bewegen · Spüren · Entspannen</i> 19:15 - 20:30 · Nathalie + Online		