



# 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 gültig ab 09. Dezember 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
GABRIELLA 10:00 - 11:30 <b>Hatha Yoga</b> sanfte Praxis	DORO 10:00 - 11:00 <b>Pilates</b> für alle	SUSANNE 09:30 - 11:00 <b>Yoga Vinyasa flow</b> Beginner – Level 1	GABRIELLA 09:30 – 10:45 <b>Yin Yoga</b> für alle	JULIA B. 09:00 – 10:00 <b>Faszien Yoga</b> für alle	TATIANA 10:00 - 11:15 <b>Yin Yoga</b> für alle	
		DORO 11:15 - 12:15* <b>Mom &amp; Baby</b> Pilates / Yoga		DORO / JULIA B. 10:15 - 11:15 <b>Pilates</b> für alle	UTE 11:30 - 12:30 <b>Pilates</b> für alle	VERA / SUSANNE 10:00 - 11:30 <b>Yoga Vinyasa flow</b> Level 1 / für alle
DORO 17:00 - 18:00 <b>Pilates</b> für alle					DORO / TEAM 14:00 – 15:15* <b>Pilates Einführung</b> Siehe Termine	
JULIA B. 18:15 - 19:30 <b>Yin Yoga</b> für alle	DORO 17:00 - 18:00* <b>Indoor Cycling</b>	DORO 17:00 - 18:00 <b>Pilates</b> für alle			SARVANI 14:00 - 15:15* <b>Yoga für Schwangere</b>	
DORO 18:15 - 19:30 <b>Pilates</b> für alle		JULIA B. 18:15 - 19:30 <b>Yin Yoga</b> für alle	16:45 - 17:45* <b>Kids Yoga</b>	RICA 17:30 - 18:30 <b>Pilates</b> für alle		<b>Workshops:**</b> siehe Aushänge oder Website unter „Aktuelles“
JULIA B. 19:45 - 21:00 <b>Yin Yoga</b> für alle	SUSANNE 18:30 - 19:45 <b>Yoga Vinyasa flow</b> Level 1	DORO 18:15 - 19:30 <b>Faszien Pilates/Stretching</b> für alle	LORENZ 18:15 - 19:45 <b>Yoga Vinyasa flow</b> Level 1-2	HARALD 18:45 - 19:45 <b>Faszien Yoga</b> für alle	* bitte um Voranmeldung bis 17:00 Uhr am vorherigen Tag, Kurs findet ab 3 TN statt!	
DORO 19:45 - 21:00* <b>Pilates</b> für alle	SUSANNE 20:00 - 21:00 <b>Rücken Yoga</b> Beginner / für alle	DORO 19:45 - 20:45 <b>Pilates</b> für alle	LORENZ 20:00 - 21:00 <b>Yoga Vinyasa flow</b> Beginner / für alle		** separate Anmeldung erforderlich, mit Zuzahlung	
					Unsere Räumlichkeiten können stundenweise angemietet werden!	
<b>Änderungen vorbehalten! (Kurse finden ab 3 TN statt!)</b>						