



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<u>10.00-11.15</u> Morgen- Yoga <i>Level 1/ Alle Level</i>				<u>10.00-11.15</u> Rücken-Yoga <i>Alle Level</i>		Fortbildungen
				<u>16.00-17.30</u> Restorative- Yoga <i>Alle Level</i>	Fortbildungen	
<u>18.00-19.30</u> Yin Yoga <i>Alle Level</i>		<u>18.00-19.30</u> Rücken-Yoga <i>Alle Level</i>	<u>17.45-19.15</u> Einsteiger-Kurs ab 24.1.19 nur mit Anmeldung	<u>18.00-19.30</u> Happy Friday <i>Level 1-2</i>		<u>18.00-19.30</u> Flow & Relax <i>Level 1-2</i>
<u>20.00-21.30</u> im Wechsel HerzDenken& Spiraldynamik Oder Mindful Slow Flow	<u>19.00-20.30</u> Gesunde Ausrichtung für Körper & Geist <i>Level 1-2</i>	<u>19.45-21.00</u> After Work “Hatha Yoga” <i>Alle Level</i>			Workshops	

Bitte vor Teilnahme **immer** den tagesaktuellen Stundenplan online checken
 -wegen evtl. Verschiebungen oder Ausfällen-