



KURSPLAN

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Bewegungstherapie*
11:00 -12:00 Uhr
Andreas

Sanft in den Tag
8:30 -10:00 Uhr
Angela

Postnatal Yoga (Online)
10:00 -11:00 Uhr
Angela

Special Classes
17:30 -19:00 Uhr
1x im Monat
Bitte schau auf die extra
Aushänge für die Termine

Samstag

Ashtanga Yoga*
10:30 -12:00 Uhr
Seha

Power Up & Flow
17:30 -19:00 Uhr
Angela

Meditatives Yoga
17:30 -19:00 Uhr
Consuela

Yin Yoga
17:30 -19:00 Uhr
Angela

*Bei gutem Wetter im
Forstbotanischen Garten

Vinyasa Flow
19:30 -21:00 Uhr
Eva

Rücken Yoga
19:30 -21:00 Uhr
Angela

Meditatives Yoga
19:30 -21:00 Uhr
Consuela

Prenatal Yoga
19:30 -20:30 Uhr
Angela