

Kursplan

Montag

17:00 - 18:30	Hatha Yoga für Gut Übende mit Karoline	Yogaraum
17:15 - 18:45	Hatha Yoga für Anfänger mit Alfreda (<i>ab 02.09.2024</i>)	Empore
17:30 - 18:30	Yin Yoga für Anfänger mit Petra (<i>ab 26.08.2024</i>)	Yogaraum
19:00 - 20:30	Hatha Yoga mit Alfreda	Empore
19:00 - 20:30	Yin Yoga mit Petra	Yogaraum

Dienstag

8:30 - 10:00	Yoga für alle Levels mit Lisa (<i>bitte voranmelden</i>)	Yogaraum
10:00 - 10:30	Pranayama/Atemübungen mit Lisa (<i>bitte voranmelden</i>)	Yogaraum
10:30 - 12:00	Yoga für alle Levels mit Lisa (<i>bitte voranmelden</i>)	Yogaraum
16:00 - 17:00	Yoga für Vorschulkinder (<i>5-7 Jahre</i>) <i>ab 03.09.2024</i>	Yogaraum
17:10 - 18:10	Kinderyoga (8-10 Jahre) mit Alfreda	Yogaraum
18:00 - 19:00	Pilates mit Susanne	Yogaraum
18:15 - 19:15	Yoga für Jugendliche (10-14 Jahre) mit Alfreda	Empore

Mittwoch

9:15 - 10:45	Hatha Yoga mit Karoline	Yogaraum
18:00 - 19:15	Tai Chi & Qi Gong mit Bettina	Empore/ Dahliengarten

Kursplan

Donnerstag

19:00 - 20:30	Hatha Yoga für alle Levels mit Martin	Yogaraum
---------------	---------------------------------------	----------

Freitag

17:00 - 18:00	Feldenkrais mit Frauke (<i>alle 14 Tage</i>)	Empore
---------------	--	--------

18:15 - 19:45	Vinyasa Yoga Basic mit Claudia <i>_ab August 2024</i>	Yogaraum
---------------	--	----------

Samstag

11:00 - 12:30	Vinyasa Yoga Flow Open mit Claudia <i>ab August 2024</i>	Yogaraum
---------------	---	----------

Sonntag

10:30 - 12:00	Hatha Yoga mit Ingrid/Martin	Yogaraum
---------------	------------------------------	----------