

KURSPLAN 2022

Beginn	Ende	Dauer min	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:30	10:00	60 - 90		Schnuppern (kostenlos)		Naturyoga (outdoor)	YOGA Einzelstunde	YOGA Einzelstunde
10:30	12:00	60 - 90	START UP YOGA (60 min)	YOGA Senioren	AQUA YOGA (Stadtbad)	YIN YOGA Grundkurs	YOGA Einzelstunde	YOGA Einzelstunde
12:00	13:00	30, 90	YOGA Sitzen in Stille	YOGA Sitzen in Stille	YOGA Einzelstunde			
13:00	14:30	60 - 90	YOGA Einzelstunde				YOGA Einzelstunde	
14:30	16:00	60, 90	Schnuppern (kostenlos)	YOGA Kinder	YOGA Einzelstunde	Schnuppern (kostenlos)		
16:30	18:00	90	HATHA YOGA Fortgeschrittene	YOGA Kinder	VINYASA YOGA Kleingruppe	VINYASA YOGA Kleingruppe		
18:30	20:00	90	HATHA YOGA Grundkurs	HATHA YOGA Grundkurs	POWER YOGA Fortgeschrittene	HATHA YOGA Grundkurs	Themen- abend	
20:15	21:45	90	MEDITATION Grundkurs	HATHA YOGA Fortgeschrittene			Themen- abend	