## Unser aktueller Kursplan

## **Montag**

17.45 - 19.15 h  Hatha Yoga Manuela  19.30 - 21.00 h  Dienstag  17.30 - 19.00 h  Yoga für Rücken und Gelenke  Manuela  Mittwoch  10.00 - 11.30 h  Yoga mit dem Stuhl  Faszien Yoga Manuela  Sebastian		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		
Dienstag  17.30 - 19.00 h Yoga für Rücken und Gelenke Manuela  19.30 - 21.00 h  Medical Faszien Yoga *** Manuela  Manuela  Manuela  10.00 - 11.30 h Yoga mit dem Stuhl Faszien Yoga Manuela  19.30 - 21.00 h  Hatha Yoga Manuela  Donnerstag  18.00 - 19.30 h Hatha Yoga für Anfänger Manuela  Manuela  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela  18.00 - 19.30 h Rückenyoga Manuela  Sebastian	17.45 - 19.15 h	Hatha Yoga	Manuela	
17.30 - 19.00 h  Yoga für Rücken und Gelenke  Manuela  Medical Faszien Yoga *** Manuela  Mittwoch  10.00 - 11.30 h  Yoga mit dem Stuhl  Manuela  17.45 - 19.15 h  Faszien Yoga  Manuela  19.30 - 21.00 h  Manuela  Donnerstag  18.00 - 19.30 h  Hatha Yoga für Anfänger  Manuela  Manuela  Preitag  10.00 - 11.30 h  Rückenyoga  Manuela  Preitag  10.00 - 19.30 h  Rückenyoga  Manuela  Sebastian	19.30 - 21.00 h	Hatha Yoga für Anfänger *	Manuela	
17.30 - 19.00 h  Yoga für Rücken und Gelenke  Manuela  Medical Faszien Yoga *** Manuela  Mittwoch  10.00 - 11.30 h  Yoga mit dem Stuhl  Manuela  17.45 - 19.15 h  Faszien Yoga  Manuela  19.30 - 21.00 h  Manuela  Donnerstag  18.00 - 19.30 h  Hatha Yoga für Anfänger  Manuela  Manuela  Preitag  10.00 - 11.30 h  Rückenyoga  Manuela  Preitag  10.00 - 19.30 h  Rückenyoga  Manuela  Sebastian				
Medical Faszien Yoga *** Manuela  Mittwoch  10.00 - 11.30 h Yoga mit dem Stuhl Manuela  17.45 - 19.15 h Faszien Yoga Manuela  19.30 - 21.00 h  Monuela  Manuela  19.45 - 21.30 h Mond Yoga / Yin Yoga  Manuela  Manuela  Manuela  Manuela  Manuela  Sebastian		<u>Dienstag</u>		
Mittwoch  10.00 - 11.30 h Yoga mit dem Stuhl Manuela  17.45 - 19.15 h Faszien Yoga Manuela  19.30 - 21.00 h  Hatha Yoga  Manuela  Donnerstag  18.00 - 19.30 h Hatha Yoga für Anfänger Manuela  19.45 - 21.30 h  Mond Yoga / Yin Yoga  Manuela/Jutta  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela  18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian	17.30 - 19.00 h	Yoga für Rücken und Gelenke	Manuela	
10.00 - 11.30 h 17.45 - 19.15 h Faszien Yoga Manuela 19.30 - 21.00 h  Hatha Yoga  Manuela  Donnerstag  18.00 - 19.30 h Hatha Yoga für Anfänger Manuela  19.45 - 21.30 h  Mond Yoga / Yin Yoga  Manuela  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela  18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian	19.30 - 21.00 h	Medical Faszien Yoga ***	Manuela	
10.00 - 11.30 h 17.45 - 19.15 h Faszien Yoga Manuela 19.30 - 21.00 h  Hatha Yoga  Manuela  Donnerstag  18.00 - 19.30 h Hatha Yoga für Anfänger Manuela  19.45 - 21.30 h  Mond Yoga / Yin Yoga  Manuela  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela  18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian				
17.45 - 19.15 h Faszien Yoga Manuela 19.30 - 21.00 h  Hatha Yoga  Donnerstag  18.00 - 19.30 h Hatha Yoga für Anfänger Manuela  19.45 - 21.30 h  Mond Yoga / Yin Yoga  Manuela/Jutta  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela  18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian	<u>Mittwoch</u>			
19.30 - 21.00 h  Hatha Yoga  Manuela  Donnerstag  18.00 - 19.30 h  Hatha Yoga für Anfänger  Manuela  19.45 - 21.30 h  Mond Yoga / Yin Yoga  Manuela/Jutta  Freitag  10.00 - 11.30 h  Rückenyoga  Manuela  Sebastian	10.00 - 11.30 h	Yoga mit dem Stuhl	Manuela	
Donnerstag  18.00 - 19.30 h Hatha Yoga für Anfänger Manuela  19.45 - 21.30 h Mond Yoga / Yin Yoga Manuela/Jutta  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela  18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian	17.45 - 19.15 h	Faszien Yoga	Manuela	
18.00 - 19.30 h Hatha Yoga für Anfänger Manuela 19.45 - 21.30 h Mond Yoga / Yin Yoga Manuela/Jutta  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela 18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian	19.30 - 21.00 h	Hatha Yoga	Manuela	
18.00 - 19.30 h Hatha Yoga für Anfänger Manuela 19.45 - 21.30 h Mond Yoga / Yin Yoga Manuela/Jutta  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela 18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian				
19.45 - 21.30 h Mond Yoga / Yin Yoga Manuela/Jutta  Freitag  10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela  18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian	<u>Donnerstag</u>			
Freitag  10.00 - 11.30 h  Rückenyoga  Manuela  18.00 - 19.30 h  Yoga für Anfänger  Sebastian	18.00 - 19.30 h	Hatha Yoga für Anfänger	Manuela	
10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela 18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian	19.45 - 21.30 h	Mond Yoga / Yin Yoga	Manuela/Jutta	
10.00 - 11.30 h Rückenyoga Manuela 18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian				
18.00 - 19.30 h Yoga für Anfänger Sebastian		<u>Freitag</u>		
<b>y</b>	10.00 - 11.30 h	Rückenyoga	Manuela	
Wochenend Workshops	18.00 - 19.30 h	Yoga für Anfänger	Sebastian	
Wochenend Workshops				
	Wochenend Workshops			
Siehe Homepage Hormonyoga für Frauen ** Manuela	Siehe Homepage	Hormonyoga für Frauen **	Manuela	

## Specials & Workshops unter Aktuelles

- \* Präventionskurs
- \*\* Anmeldung erforderlich
- \*\*\* Thema siehe Aktuelles -> Homepage

Stand: 01. Januar 2019