Unser aktueller Kursplan

Montag

17.45 - 19.15 h	Hatha Yoga	Manuela
19.30 - 21.00 h	Hatha Yoga für Anfänger *	Manuela

Dienstag

17.30 - 19.00 h	Yoga für Rücken und Gelenke	Manuela
19.30 - 21.00 h	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	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

Wochenend Workshops

Siehe Homepage	Hormonyoga für Frauen **	Manuela

Specials & Workshops unter Aktuelles

* Präventionskurs

** Anmeldung erforderlich

*** Thema siehe Aktuelles -> Homepage

Stand: 01. Januar 2019