Stundenplan Yoga
ab August 2021

Atelier Yogart

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					je 1x Monat Datum s. unten	
					09.45 - 10.45 - Pranayama & Meditation - Yin Yoga	
					YL: Sandrine	
				Start ab 3.9.21	11.00 - 12.15 Vinyasa Flow YL: Sandrine	
				12.00 - 13.00 Lunch Flow YL: Sandrine	12.30 - 13.30 Rückbildung YL: Sandrine	
					Kurs bis 4.9.21	
Start ab 23.8.21		*bis am 29.9.21*				
18.15 - 19.30 Slow Flow YL: Sandrine		18.15 - 19.30 Hatha Flow YL: Karin				
19.45 - 21.00 Vinyasa Flow YL: Sandrine	19.45 - 21.00 Vinyasa Flow YL: Samantha					

YL: Yogalehrerin

Alle Levels, auch Anfänger, sind in allen Lektionen herzlich Willkommen.
Besonders geeignet für Anfänger: Slow Flow

Pranayama & Meditation Daten:
25.09 / 30.10. / 27.11. / 18.12

Yin Restorative Yoga Daten:
11.09. / 09.10 / 13.11. / 11.12.2021