

	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		WOCHELENDE	
	R50	R40	R50	R40	R50	R40	R50	R40	R50	R40	Samstag	Sonntag
9	9.00 - 10.30 Vinyasa Flow Yoga		9.00 - 10.00 Qi Gong		9.00 - 10.00 Pilates	9.00 - 10.30 Anusara Yoga			9.00 - 10.00 Vinyasa Flow Yoga	9.00 - 10.30 Kundalini Yoga		
10		10.00 - 11.30 Schwangeren- yoga			10.00 - 11.30 Kundalini Yoga		10.00 - 11.30 Vinyasa Flow Yoga	10.00 - 11.00 Cantienica	10.30 - 12.00 Schwangeren- yoga			
11		12.00 - 13.30 Rückbildungs- yoga	11.00 - 12.00 Feldenkrais- Methode					11.00 - 12.00 Cantienica Rückbildung ²				
16	16.00 - 17.00 Kinder Capoeira ¹				16.00 - 17.00 Kinder Yoga ¹							15.00 - 16.30 Kundalini Yoga
17	17.00 - 18.00 Kinder Capoeira ¹	17.00 - 18.00 Pilates		17.00 - 18.30 Shiatsu	17.00 - 18.00 Kinder Yoga ¹							
18	18.15 - 19.45 Hatha Yoga ³	18.15 - 19.15 Atem & Meditation	18.15 - 19.45 Vinyasa Flow Yoga		18.30 - 19.30 Pilates	18.15 - 19.45 Kundalini Yoga	18.15 - 19.45 Qi Gong	19.00 - 20.00 Feldenkrais- Methode	18.15 - 19.45 Kundalini Yoga			
19		19.30 - 21.00 Vinyasa Flow Yoga		19.00 - 20.00 Meridian Stretches							19.30 - 21.00 Kundalini Yoga	19.00 - 20.30 Kundalini Yoga
20	20.00 - 21.30 Kundalini Yoga		20.00 - 21.30 Schwangeren- yoga	20.00 - 21.30 Yoga Pilates	20.00 - 21.30 Kundalini Yoga	20.00 - 21.30 Anusara Yoga		20.00 - 21.30 Vinyasa Flow Yoga				

Yoga-Ausstattung (Decken, Kissen und Matten) sind ausreichend vorhanden.
Tee und Wasser werden serviert. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

¹ alle Kinderkurse mit Voranmeldung

² geschlossener Mutter-Kind-Kurs

³ Iyengar Yoga inspiriert

R50 = großer Saal | R40 = kleiner Saal

gültig ab 1. Januar 2012