

Kursplan Ich liebe Yoga Oktober-Dezember 2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00-10:00					Morning Light Yoga Flow (Level 2)		
10:00-11:00	Morning Glow Yoga sanft für Anfänger/ Schwangere/ Senioren (Level 1)						
10:00-11:15							Yin Yoga mit Sarah (alle Level)
15:30-16:30				TRE Kinderkurs mit Nikta			
17:30-18:45	Happy Heart, Body & Soul Yoga (Level 1)	Evening Flow Yoga (Level 2)		Yoga Move & Relax (Level 1-2)			
17:45-18:45			Bebo mit Silke				
19:15-20:30	Yoga Bodywork (Level 3)	Yoga Move & Relax (Level 1-2)	Yoga Flow & Grow (Level 2)	Yoga Move & Shine (Level 2)			
Workshops (es können weitere folgen, bitte regelmäßig Website prüfen)					Yoga & Wein 22.11.2024 17:30-22:00 Uhr	TRE Tiefeentspannung & Breathwork/Medi mit Nikta 12.10.2024 11:00-12:30 Uhr	Kunst & Kakao mit Vanessa (Frauenkreis) 24.11.2024 10:00-12:00 Uhr
						Aerial Yoga 09.11.2024 10:00-12:00 Uhr	Kakao & Medi mit Frauke 08.12.2024 10:00-11:30 Uhr
						Aerial Yoga 07.12.2024 10:00-12:00 Uhr	