

Kursplan

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

10:00 - 11:15
Soul Yoga
Judith

10:00 - 11:15
Therapeutisch
sinnvolles Yoga
Albena

08:30 - 09:45
Anusara Yoga Basic
Albena

10:00 - 11:15
Morning Heart Flow
Shakti Rising
Kim

10:00 - 11:15
Sonntag Flow
Jessica

17:30 - 18:45
Therapeutisch
sinnvolles Yoga
Albena

17:30 - 19:00
Anusara Yoga
Albena

18:15 - 19:30
Vinyasa Flow II
Marina

18:00 - 19:15
Hatha Yoga
meets Yin Yoga
Nadine

18:00 - 19:15
Yin Yoga
Martina

18:30 - 19:45
Dynamic Yoga II
Marina & Steffen

18:30 - 19:45
Kundalini Yoga
Anette

19:00 - 20:15
Soul Yoga
Judith

19:00 - 20:15
Anusara Yoga Basic
Albena

19:15 - 20:30
Yin Yoga
Marileen

19:45 - 20:45
Alignment Yoga
Marina

19:30 - 20:45
Vinyasa Yoga
Jessica

Levels:

Sanftere, ruhigere Praxis
geeignet für Anfänger*innen

Anspruchsvollere Praxis
geeignet für Teilnehmer*innen
mit Yogaerfahrung



Float Yoga