

Kursplan ab 01.05.2022

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	<u>09:15 – 10:45</u> Konstanze Hatha Yoga Flow	<u>09:15 – 10:45</u> Konstanze Hatha Yoga Flow	<u>09:00 – 10:30 Uhr</u> Conny sanftes Hatha Yoga Flow	<u>06:45 – 08:00</u> Conny / Anja Ashtanga Yoga
		<u>09:15 – 10:45</u> Leon Wirbelsäulen Yoga	<u>09:30 – 10:30</u> Isolde Stuhlyoga	<u>09:15 – 10:45</u> Anja Regenbogen Yoga
<u>11:00 – 12:30</u> Siggie MS - Hatha Yoga Flow	<u>11:00 – 12:00</u> Isolde Stuhlyoga	<u>11:00 – 12:30</u> Jacqueline Yoga für Schwangere - online parallel-	<u>11:00 – 12:30</u> Conny MS - Hatha Yoga Flow	
<u>17:00 – 18:30</u> Sven Hatha Yoga - online parallel -	<u>17:00 – 18:30</u> Lutz N. Knoff Yoga	<u>17:30 – 19:00</u> Una HathaYo / Basic		
	<u>17:00 – 18:00</u> Conny Rücken Yoga	<u>17:30 – 18:30</u> Anette Qigong im Fichtepark	<u>17:30 – 18:30</u> Birgit N. Pilates - online -	
	<u>18:30 – 19:30</u> Birgit N. Pilates - online parallel -		<u>17:30 - 19:00</u> Anke MS - Hatha Yoga	
<u>19:00 – 20:30</u> Conny MS - Hatha Yoga - online parallel -		<u>19:15 – 20:45</u> Una Yoga für Anfänger	<u>19:15 - 20:45</u> Anke MS - Hatha Yoga	
	<u>19:00 – 20:30</u> Jacqueline MS – Hatha Yoga Flow - online parallel-	<u>19:00 – 20:30</u> Siggie Yoga für Anfänger & MS		
<u>20:45 – 21:45</u> Conny Männeryoga	<u>19:00 – 20:30</u> Lutz N. Knoff Yoga			

Einlass zu Kursen im MEDITA ½ Stunde vor Beginn!

Online-Kurse weiter nach Anleitung.

Bitte beachtet die aktuellen Corona-Auflagen des Landes Sachsen.

blau YR im EG/ orange 1.OG großer YR / grün 1. OG kleiner YR