

Kursplan ab 01.02.2023



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<u>7:45 – 8:45</u> Privat		<u>7:45 – 8:45</u> Privat	<u>7:45 – 8:45</u> Privat	<u>06:45 – 08:00</u> Conny / Anja Ashtanga Yoga <u>8:15 – 9:15</u> Privat
<u>9:00 – 10:30</u> Konstanze Sanftes Hatha Yoga Flow	<u>09:00 – 10:30</u> Konstanze Hatha Yoga Flow	<u>09:00 – 10:30</u> Leon Wirbelsäule Yoga	<u>09:00 – 10:30 Uhr</u> Conny sanftes Hatha Yoga Flow	<u>09:30 – 11:00</u> Anja Regenbogen Yoga
<u>11:00 – 12:30</u> Siggie 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 Power Flow Yoga	<u>11:15 – 12:45</u> Jacqueline Power Flow Yoga
	<u>16:45 – 17:45</u> Conny Rücken Yoga	<u>16:00 – 17:00</u> Una Anfänger Hatha Yoga		
<u>17:00 – 18:30</u> Sven Hatha Yoga - online parallel -		<u>17:30 – 19:00</u> Una MS - Hatha Yoga	<u>17:30 – 19:00</u> Anke MS - Hatha Yoga	<u>17:00 – 18:30</u> Anette R Yoga und Qi Gong
	<u>18:15 – 19:15</u> Birgit N. Pilates - online parallel -			
<u>19:00 – 20:30</u> Conny MS - Hatha Yoga - online parallel -	<u>19:30 – 21:00</u> Lutz N. Knoff Yoga	<u>19:30 – 21:00</u> Siggie Yoga für Anfänger & MS	<u>19:30 – 21:00</u> Jacqueline MS - Hatha Yoga	
<u>20:45 – 21:45</u> Conny Männeryoga				

Einlass zu Kursen im MEDITA ½ Stunde vor Beginn!
Online-Kurse weiter nach Anleitung.