



atmungsaktiv yoga

KURSPHASE VOM 17.08. – 09.10.26

Alle lila Kurse sind Hybridkurse, finden also im Yogastudio und parallel online statt.

Die grauen Kurse werden nicht online übertragen.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
			Yoga für jeden*n mit Angelika, Level 1 – 2 08.30 – 09.45 Uhr	
	Qigong mit Eva, Level 0 10.00 – 11.15 Uhr	Yoga für jeden*n mit Lisa, Level 1 – 2 10.00 – 11.15 Uhr	Yoga 60+ mit Angelika, Level 0 – 1 10.00 – 11.15 Uhr	
	Qigong mit Eva, Level 0 14.45 – 16.00 Uhr			
				Kinderyoga mit Michaela, für Grundschulkids 15.30 – 16.30 Uhr
	Yoga Sanft mit Angelika, Level 0 – 1 16.30 – 17.45 Uhr	Yoga für jeden*n mit Alica, Level 1 – 2 16.30 – 17.45 Uhr	Yoga für jeden*n mit Ruth, Level 2 16.30 – 17.45 Uhr	
Yoga für jeden*n mit Nora, Level 1 – 2 18.15 – 19.30 Uhr	Yoga Sanft mit Johanna, Level 0 – 1 18.15 – 19.30 Uhr	Yoga Sanft mit Lisa, Level 0 – 1 18.15 – 19.30 Uhr	Faszien Yoga mit Lisa, Level 1 – 2 18.15 – 19.30 Uhr	
Yoga für jeden*n mit Nora, Level 1 – 2 19.45 – 21.00 Uhr	Yoga für jeden*n mit Johanna, Level 1 – 2 19.45 – 21.00 Uhr	Yoga für jeden*n mit Lisa, Level 1 – 2 19.45 – 21.00 Uhr	Vinyasa Flow mit Lisa, Level 2 – 3 19.45 – 21.00 Uhr	