

| Montag | | Dienstag | | Mittwoch | | Donnerstag | | Freitag |
|---|---|--|---|--|--|--|---|--|
| Raum 1 OG | Raum 2 EG | Raum 1 OG | Raum 2 EG | Raum 1 OG | Raum 2 EG | Raum 1 OG | Raum 2 EG | Raum 2 EG |
| 10:00-11:30 Hatha Yoga Ulrike NEU | | 10:00-11:30 Kundalini Yoga Petra | | | | | | |
| | | | 15:45-16:45 Kinderyoga 4-8 Jahre Sabine | 15:20-16:05 + 16:15-17:00 Selbstverteid. für Kinder 5-13 Jahre Theo | | 16:30-17:30 Kinderyoga 9-11 Jahre Liane NEU | | |
| | 16:45-18:00 Qigong Stefanie | 17:30-19:00 Vinyasa Yoga Christine NEU | 17:00-18:00 Kinderyoga 4-8 Jahre Sabine | 17:30-19:00 Kundalini Yoga Petra | 18:00-19:00 Yoga Jugendliche 14-18 Jahre Eileen NEU | 18:00-19:00 Yin Yoga Liane | 18:00-19:30 Yoga mit dem Stuhl Sonja | |
| 18:30-20:00 Kundalini Yoga Petra | 18:15-19:15 Rückenschule Stefanie | 19:30-21:00 Hatha Yoga Ulrike NEU | 18:30-20:00 Kundalini Yoga Sonja + Thomas | 19:30-20:45 Faszien- training im Aerialtuch Petra | | 19:30-21:00 Hatha Yoga Ulrike NEU | | Ab 18:30 Uhr Wechselndes Angebot siehe Internetseite |



Kurse im Abo



Kurse mit Anmeldung - siehe Flyer oder Website

Petra **0175 988 88 85**
Sonja **01525 532 50 59**
Liane **0175 988 88 92**
Thomas **0173 842 41 15**

Christine **01577 203 96 68**
Eileen **01515 735 86 98**
Sabine **0178 352 07 87**

Stefanie **01516 514 77 82**
Ulrike **0173 491 01 74**
Theo **0176 310 729 32**

Stand 09/2025