

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		10:00-11:30 Kundalini Yoga Petra			9:30-10:30 Autogenes Training Yvonne NEU			
			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		
17:00-18:00 Entspannung Yvonne NEU	16:45-18:00 Qigong Stefanie	17:30-19:00 Vinyasa Flow Yoga Christine	17:00-18:00 Kinderyoga 4-8 Jahre Sabine	17:30-19:00 Kundalini Yoga Petra	18:00-19:00 Yoga 14- 18 Jahre Eileen	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	18:30-20:00 Kundalini Yoga Thomas	19:30-20:45 Faszien- training im Aerialtuch Petra		19:30-21:00 Hatha Yoga Ulrike		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**
Yvonne **0173 935 41 54**

Stand 02/2026