

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
06.30 – 7.30 Uhr Yoga mit Astrid (ab 03. Juli 2023)		06.30 – 07.30 Uhr Yoga für Frühaufsteher mit Antje		08.00 – 09.30 Uhr Morgen-Yoga mit Pia	
9:30 – 10.30 Uhr Yoga 70 + mit Antje	9.30 – 10.30 Uhr Yoga 70 + mit Antje	9.00 – 10.00 Uhr Yoga Rücken mit Antje			
Rheumaliga 11.00-12.00 Uhr Samaviva Rheumakurs	11.00 – 12.00 Uhr Yoga bei Erschöpfung mit Antje				Yoga Charity einzelne Termine (siehe unter Veranstaltungen)
12.30 – 13.15 Uhr Meditation am Mittag mit Carmen			12.00- bis 13.30 Uhr Kundalini Yoga mit Pavan Daspriya Kaur	12.15 – 13.15 Uhr Yoga Nidra mit Astrid	
			Pro Infirmis Yogakurs 17.30 – 19 Uhr (ab 16.02.2023)	Geburtsvorbereitung für Paare mit Nina (jeden 2. Monat 1x)	Geburtsvorbereitung für Paare mit Nina (jeden 2. Monat 1x)
18.00 – 19.00 Uhr Yoga Rücken mit Antje	18.00 -19.00 Uhr Online Yoga mit Antje	18-19.00 Uhr Yoga bei Übergewicht mit Antje		Yoga Charity einzelne Termine (siehe unter Veranstaltungen)	
19.30 – 20.45 Uhr Yoga Basic mit Antje			19.30 – 20.45 Uhr Yoga Basic mit Antje		

**Wenn dich ein Kurs interessiert, dann nimm bitte Kontakt zu uns auf! Schreib uns eine Mail oder ruf einfach an, falls wir gerade unterrichten, hinterlass uns eine Nachricht.**

**Wir freuen uns auf dich... bis bald 😊!!!**