

STUNDENPLAN

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG/SONNTAG

9:00 - 10:00
**YOGA FÜR'S GUTE
GEFÜHL 60+**

Kathrin

8:30 - 9:30

PILATES

Katharina

9:00 - 10:00
**MORGENGLANZ
Yoga**

Katharina

**YOGA -
WORKSHOPS**

(siehe Aushang oder
homepage)

HW
STUDIO

18:30 - 19:30

PILATES

Katharina

18:00 - 19:00

YOGA BASICS

Kathrin

18:00 - 19:00

PILATES

Katharina

18:30 - 19:45
**ABENDZAUBER
Yoga**

Kathrin

19:45 - 21:00
**MONDRUHE
Yoga**

Katharina

19:15 - 20:30
**ATEMKRAFT
Hatha Yoga**

Katharina

19:15 - 20:30
**LEBENS-KRAFT
Yoga Flow**

Katharina

17:45 - 19:00
**HEIMKEHR
Yin Yoga**
Kathrin



(für fast alle Kurse ist eine ONLINE -Teilnahme möglich)

www.heimwaertsyoga.de