

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07:30				<b>Meditation</b> 40 min kostenlos mit Zeynep	<b>alle Abo-Kurse sind rosa</b>
08:00			<b>Meditation</b> 60 min kostenlos mit Zeynep	<b>Nur mit Anmeldung!</b>	
08:30	<b>Meditation</b> 30 min kostenlos mit Zeynep	<b>Nur mit Anmeldung!</b>	<b>Nur mit Anmeldung!</b>	<b>HathaYoga</b> 75 min mit Zeynep	
09:15	<b>HathaYoga</b> 75 min mit Zeynep		<b>HathaYoga</b> 75 min mit Zeynep		<b>HathaYoga sanft</b> 75 min mit Sylvie
10:45	<b>SeniorenYoga 60+</b> sehr sanft 60 min mit Zeynep		<b>SeniorenYoga 60+</b> sehr sanft 60 min mit Zeynep	<b>HathaYoga 50+</b> sanft 60 min mit Zeynep	
14:00				<b>MutterBabyYoga</b> zur Rückbildung 60 min mit Zeynep	→ 3 monatiger Kurs 2x im Jahr März - Mai und Sep - Nov
17:30		<b>HathaYoga</b> 75 min mit Zeynep	<b>Yoga für Anfänger</b> 75 min mit Zeynep	→ Zyklischer Kurs mit sehr genauer Anleitung. Ideal zum Einsteigen. Auch für alle unsere AboSchüler offen.	
18:30	<b>Meditation</b> 30 min kostenlos mit Nick	<b>Nur mit Anmeldung!</b>			
19:00	<b>HathaYoga</b> 75 min mit Nick	<b>HathaYoga intensiv</b> für Fortgeschrit. 75 min mit Zeynep	<b>HathaYoga</b> 75 min mit Zeynep	<b>Vinyasa Yoga Flow</b> 75 min mit Ping	
20:00				<b>Yoga-Philosophiegruppe</b> jeden letzten Donnerstag im Monat	<b>Nur mit Anmeldung!</b>
20:30	<b>HathaYoga</b> 75 min mit Nick	<b>HathaYoga sanft</b> 75 min mit Zeynep	<b>HathaYoga sanft</b> 75 min mit Zeynep	<b>SCHWANGER? Werdende Mütter sind in unseren sanften Kursen herzlich willkommen. 😊</b>	