



## Yoga-Kurse

Meine Kurse finden an den folgenden Tagen statt und umfassen  
10 Einheiten zu je 1,5 Unterrichtsstunden - fortlaufend.  
Erfragen Sie bitte den aktuellen Kursbeginn.

Montags

09.30-11.00 Uhr

"Tanz in der Beckenschale" Yoga / Beckenbodentraining für Frauen

Montags

18.00-19.30 Uhr

HathaYoga&TriYoga®Flows/Basics für Anfänger und Übende

Montags

19.45-21.15 Uhr

HathaYoga&TriYoga®Flows/Basics für Anfänger und Übende

Dienstags

18.00-19.30 Uhr

HathaYoga&TriYoga®Flows/Basics für Anfänger und Übende

Mittwochs

18.00-19.30 Uhr

HathaYoga&TriYoga®Flows/Basics für Anfänger und Übende

Donnerstags

09.00-10.30 Uhr

"Tanz in der Beckenschale" Yoga / Beckenbodentraining für Frauen