

UNSER NEUER STUNDENPLAN AB JANUAR 2012

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:30 h tina Atmen- Fühlen- Loslassen sanfte Yogastunde		09:30h tina RückenYoga	08:00h tina YogaFlow 60 Minuten	09:00h tina Ayur Yoga VATA erdend	10:00h Workshop
11:15h tina YogaFlow 60 Minuten		11:15h tina YogaFlow 60 Minuten			
	16:45h Yoga für Schwangere KURS		16:45h mel Yoga Intense Fortgeschrittene Surya Namaskar stehende Asanas 60 Minuten	16:00h tina KinderYoga KURS	
18:30h su Pilates KURS	18:00h tina InnerSmile Anfänger	18:00h tina Ayur Yoga PITTA ausgleichend	18:00h tina Ayur Yoga KAPHA aktivierend	18:00h mel Asana & Yoga Nidra entspannend & regenerierend	18:00h mel Yoga Flow 60 Minuten
19:45h tina InnerSmile Mittelstufe	19:45h ranva/tina Hatha Yoga KURS	19:45h tina sanfte Mittelstufe &Yoga Nidra	19:45h tina Hatha Yoga KURS	19:45h mel sanfte Mittelstufe	