

gültig ab 01. Okt. '10



MONTAG

9.00  
Yoga - Mittelstufe  
90 min. • Krishna-Raum

18.30  
Yoga für den Rücken  
90 min. • Shiva-Raum

DIENSTAG

6.00 **(Bitte eintragen!)**  
Yoga - Mittelstufe  
90 min. • Krishna-Raum

18.00  
Yoga für Einsteiger  
Kurs 1  
90 min. • Krishna-Raum

18.00  
Yoga für Einsteiger  
Kurs 2  
90 min. • Shiva-Raum

19.30  
Meditation  
30 min. • Krishna-Raum

20.00  
Yoga Mittelsufe  
(fordernd)  
90 min. • Krishna-Raum

MITTWOCH

8.30  
Yoga Mittelstufe  
(sanft)  
90 min. • Krishna-Raum

17.30  
Yoga Mittelstufe  
(meditativ)  
90 min. • Krishna-Raum

19.30  
Yoga für Einsteiger  
Kurs 1  
90 min. • Krishna-Raum

19.30  
Yoga für Einsteiger  
Kurs 2  
90 min. • Shiva-Raum

DONNERSTAG

18.30  
Yoga für den Rücken  
90 min. • Shiva-Raum

FREITAG

8.30  
Yoga Mittelstufe  
90 min. • Krishna-Raum

18.00  
Asana Variationen  
120 min. • Krishna-Raum

18.00  
Yoga für Einsteiger  
90 min. • Shiva-Raum

SAMSTAG

10.00  
Yoga für Einsteiger  
90 min. • Shiva-Raum

11.30  
Atemübungen  
30 min. • Shiva-Raum

12.00  
Yoga Mittelstufe  
90 min. • Shiva-Raum

SONNTAG

10.00  
Meditation  
30 min. • Shiva-Raum

10.30  
Yoga Mittelstufe  
(Sonnengruß)  
90 min. • Shiva-Raum