

Kursplan

Der Einstieg in unsere Kurse ist jederzeit möglich.

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---|---|---|--|--|--|--|
| 9:00 Uhr Meditation | 9:00 Uhr Einzelunterricht/ Coaching | 9:30 Uhr Yoga I und Rücken | 9:30 Uhr Yoga 60+ | 9:30 Uhr Einzelunterricht/ Coaching | 8:30 Uhr Einzelunterricht/ Coaching | jeden letzten Sonntag im Monat 11:00 – 12:30 Uhr Workshop Kinderyoga |
| | | 11:00 Uhr Yoga I und II | 11:00 Uhr Yoga I und II | 11:00 Uhr Einzelunterricht/ Coaching | 10:00 Uhr Einzelunterricht/ Coaching | |
| | | | 15:30 Uhr Kleinkind Yoga 0152-09169405 | 12:00 Uhr Rückbildung mit Baby 0176-56848962 | | |
| 17:00 Uhr Yoga Teenager (12 – 17 Jahre) | 16:30 Uhr Yoga I und II (Anusara) | | 16:30 Uhr Kinder Grundschulalter 0152-09169405 | | | |
| 18:30 Uhr Yoga I | 18:15 Uhr Yoga für Schwangere 030-7739080 | 18:30 Uhr Yoga I und II | | 18:00 Uhr Yoga Rücken & Gelenke | | |
| | 20:00 Uhr Yoga I und II (Flow/Moonlight) | 20:15 Uhr Yoga I und II (Anusara) | 20:00 Uhr Yoga II | | | |

An gesetzlichen Feiertagen und in den Brandenburger Schulferien bleibt die Yogaschule geschlossen.