

KURSPLAN YOGA IN NORDKIRCHEN

UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
AB 10 UHR		10.00 - 11.00 Uhr Sanftes Yoga am Vormittag für Anfänger geeignet Präventionskurs Sanna			
AB 15 UHR	15.45 - 16.45 Uhr Yoga auf dem Stuhl Ulla				
AB 17 UHR	17.00 - 18.15 Uhr Hatha-Yoga Ulla		17.15 - 18.15 Uhr Ruhiges Hatha-Yoga für Anfänger geeignet Präventionskurs/Sanna	17.30 - 18.45 Uhr Ruhiges Hatha Yoga mit Om für Anfänger geeignet Präventionskurs/ Sanna	
AB 18.30 UHR	18.30 - 19.45 Uhr Hatha Yoga Ulla	18.30 - 19.45 Uhr Hatha Yoga Ulla	18.30 - 19.30 Uhr Hatha Yoga - Flow and Grow für Anfänger geeignet Präventionskurs /Sanna	19.00 - 20.15 Hatha Yoga - fordernd Präventionskurs Sanna	19.00 - 20.15 Uhr Hello Weekend Für Anfänger geeignet Präventionskurs /Sanna
AB 20 UHR		20.00 - 21.15 Uhr Hatha-Yoga Ulla			