

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	9:30-10:45 Rücken yoga Tania		7:00-8:00 Wake-up Flow Tania	9:00-10:15 Rücken yoga Tania		
17:00-18:15 Yin Yoga Tania	15:30-16:45 Faszien yoga Katrin					
	18:00-18:50 Yoga Nidra Victoria					
18:30-19:45 Yin Yoga Tania	18:00-19:15 4-wöchiger Yoga- Grundkurs	17:30-18:45 Core- und Rücken yoga Tania	17:00-18:15 Mindful Movement Jessica	17:30-18:45 Sanfter Flow Tania		18:00-19:15 Sanfter Flow Katrin
20:15-21:15 Kraft & Beweglichkeit für Männer Tania	19:30-20:45 Sanfter Flow Tania	19:00-20:15 Yoga trifft Pilates Katrin	18:45-20:00 Sanfter Flow mit Fokus Rücken Tania			