

Kursplan (gültig ab Oktober 2021)

gelb = Yogaraum / Habsburgerstraße 95

grün = Bewegungsraum auf dem Grether / Adlerstraße 12

violett = nur online

rot = analog und digital

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			09.00-10.30 Morning Yoga Andrea	09.00-10.30 Morning Yoga Anika		
18.00 – 19.30 Core Integration 1 Andrea			09.00-10.40 Pranayama und Morning Yoga Uta (nur online)	10.00-11.30 Women´s Class Uta	10.00-11.30 Morning Yoga im Anusara Stil Catrin	10.00-11.30 Morning Yoga Magdalena
		16.00-17.30 Open Uta		16.00-17.30 Neu ab 5.11. Open Irina		
18.00-19.30 Level 2-3 Uta (auch online)	18.00-19.30 Level 1-2 Uta	18.00-19.30 Level 2 Janina	18.00-19.30 Core Integration 2 Andrea			
20.00-21.30 Yin / Regenerativ Janina (auch online)	20.00-21.30 Open Irina		20.00-21.30 Level 1 Irina			