

ZEIT FÜR YOGA




YogaSprosse
EINATMEN. AUSATMEN. ANKOMMEN.

MAI 2025

MONTAG

9:30 - 10:45
YIN YOGA

DIENSTAG

11 - 12:15
YIN YOGA

MITTWOCH

9 - 10
EARLY BIRD
HATHA YOGA
Alle Level

DONNERSTAG

7 - 8
EARLY BIRD
HATHA YOGA
Alle Level

11 - 12:15
YOGA
SANFT



11 - 12:15
SAMT YOGA



14 - 15:15
MAMASTE



KIDS/TEENS YOGA

18:30 - 20
YIN YOGA
20:30 - 21
YOGA NIDRA

0 €

19:15 - 20:30
HATHA
YOGA
STARTER &
LEVEL I

18:30 - 20
HATHA YOGA
LADYS ONLY
LEVEL II

16:15 - 17:30
RÜCKEN YOGA



17:45 - 19:15
BEST AGE YOGA
19:30 - 21
MÄNNER YOGA
LEVEL II



FREITAG - SONNTAG

1 x Monat

16 - 18
DEEP DIVE
YIN YOGA &
MEDITATION/
KLANG

13 - 15
YIN SUNDAY
FOKUS FASZIEN
KLANG



LEGENDE:  YOGA PRÄ- & POSTNATAL  AUCH M. STUHL  YOGA & KREBS