

YogaVital Kursplan Januar / Februar 2019

Montag
(7-Wochen-Kurse)

Dienstag
(7-Wochen-Kurse)

Mittwoch
(7-Wochen-Kurse)

Donnerstag
(6-Wochen-Kurse)
am 14.02. kein Yoga

Freitag
(7-Wochen-Kurse)
am 15.02. kein Yoga

Sonntag
(7-Wochen-Kurs)

9.00 Uhr • 90 Min
Vinyasa Yoga Sanft (Basic) mit Andrea
08.01. bis 19.02.19

7.15 Uhr • 60 Min
Early Bird Yoga (Basic)
10.01. bis 21.02.19
ausgebucht

Nach
Terminvereinbarung
montags
Personal Yoga

9.00 Uhr • 90 Min
Rücken Yoga (Basic)
10.01. bis 21.02.19

Nach
Terminvereinbarung
freitags
Personal Yoga

9.30 Uhr • 90 Min
Vinyasa Yoga Sanft (Basic) mit Andrea
13.01. bis 24.02.19

18.00 Uhr • 90 Min
Vinyasa Yoga (Level 1)
07.01. bis 18.02.19
ausgebucht

18.00 Uhr • 90 Min
Faszien Yoga (Basic)
08.01. bis 19.02.19
ausgebucht

18.00 Uhr • 90 Min
Flow & Stretch Sanft (Basic)
09.01. bis 20.02.19
ausgebucht

18.00 Uhr • 75 Min
Komm in die Stille (Basic)
10.01. bis 21.02.19
ausgebucht

16.30 Uhr • 90 Min
Rücken Yoga (Basic)
mit Andrea
04.01. bis 22.02.19

20.00 Uhr • 90 Min
Flow & Stretch Sanft (Basic)
07.01. bis 18.02.19
ausgebucht

20.00 Uhr • 90 Min
Rücken Yoga (Basic)
08.01. bis 19.02.19
ausgebucht

20.00 Uhr • 90 Min
Flow & Stretch (Level 1)
09.01. bis 20.02.19

19.45 Uhr • 90 Min
Vinyasa Power Yoga (Level 2)
10.01. bis 21.02.19
ausgebucht

18.45 Uhr • 90 Min
Yoga für Einsteiger (Basic)
04.01. bis 22.02.19

YogaVital Levels

Basic:
für Beginner
(Fortgeschrittene
willkommen)

Level 1:
leicht Fortgeschrittene

Level 2:
geübte Fortgeschrittene