

# YogaVital Kursplan Juli-August

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>9.30 - 10.45 Uhr  <b>Senioren Yoga</b>  <i>mit Andrea</i>                      offene Stunden  <b>10er-Karte 100,- €</b></p>		<p>10.00 - 11.30 Uhr  <b>Mama + Baby Yoga</b>  <i>mit Nancy</i>                      Ab 14.07.21   7 Wochen  <b>105,- €</b>  <i>(kein Yoga am 25.08.)</i></p>		
<p>18.00 - 19.30 Uhr  <b>Flow &amp; Stretch</b>  <i>mit Andy</i>                      Ab 12.07.21   7 Wochen  <b>105,- €</b></p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr  <b>Spirit Yoga</b>  <i>mit Andy</i>                      Ab 13.07.21   6 Wochen  <b>90,- €</b></p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr  <b>Yin &amp; Yang Yoga</b>  <i>mit Uschi</i>                      Ab 14.07.21   6 Wochen  <b>90,- €</b></p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr  <b>Komm in die Stille</b>  <i>mit Andy</i>                      Ab 15.07.21   6 Wochen  <b>90,- €</b></p>	<p>17.00 – 18.30 Uhr  <b>Schwangeren Yoga</b>  <i>mit Nancy</i>                      Ab 23.07.21   7 Wochen  <b>105,- €</b>  <i>(kein Yoga am 27.08.)</i></p>
<p>20.00 - 21.30 Uhr  <b>Yin Flow Yoga</b>  <i>mit Andy</i>                      Ab 12.07.21   7 Wochen  <b>105,- €</b></p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr  <b>Rücken Yoga</b>  <i>mit Andy</i>                      Ab 13.07.21   6 Wochen  <b>90,- €</b></p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr  <b>Flow &amp; Stretch</b>  <i>mit Andy</i>                      Ab 14.07.21   6 Wochen  <b>90,- €</b></p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr  <b>Vinyasa Yoga</b>  <i>mit Andy</i>                      Ab 15.07.21   6 Wochen  <b>90,- €</b></p>	

## Farbcode der Levels:

**Level 1**  
 für Beginner  
 (Fortgeschrittene willkommen)

**Level 2**  
 für leicht Fortgeschrittene

**Level 3**  
 für Geübte