

YogaVital Kursplan November-Dezember

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		<p>10.00 - 11.30 Uhr Rückbildungs Yoga <i>mit Nancy</i> Ab 24.11.21 4 Wochen 60,- €</p>		
<p>18.00 - 19.30 Uhr Flow & Stretch <i>mit Andy</i> Ab 15.11.21 7 Wochen 105,- €</p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr Spirit Yoga <i>mit Andy</i> Ab 02.11.21 8 Wochen 120,- €</p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr Rücken & Yin Yoga <i>mit Andy</i> Ab 03.11.21 8 Wochen 120,- €</p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr Komm in die Stille <i>mit Andy</i> Ab 04.11.21 8 Wochen 120,- € <i>Am 09.12. kein Yoga</i></p>	<p>17.00 – 18.30 Uhr Schwangeren Yoga <i>mit Nancy</i> Ab 05.11.21 6 Wochen 90,- € <i>am 03.12. kein Yoga</i></p>
<p>20.00 - 21.30 Uhr Yin Flow Yoga <i>mit Andy</i> Ab 15.11.21 7 Wochen 105,- €</p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr Rücken & Yin Yoga <i>mit Andy</i> Ab 02.11.21 8 Wochen 120,- €</p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr Flow & Stretch <i>mit Andy</i> Ab 03.11.21 8 Wochen 120,- €</p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr Vinyasa Yoga <i>mit Andy</i> Ab 04.11.21 8 Wochen 120,- € <i>Am 09.12. kein Yoga</i></p>	

Farbcode der Levels:

Level 1
für Beginner
(Fortgeschrittene willkommen)

Level 2
für leicht Fortgeschrittene

Level 3
für Geübte