

# YogaVital Kursplan April – Juni

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		<p>7.15 – 8.15 Uhr <b>Early Bird Yoga</b> <i>mit Uschi</i></p> <p>10 Einheiten 12.04. bis 28.06.23 <b>125,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 31.05. u. 07.06.23</i></p>		<p>10.00 - 11.30 Uhr <b>Rückbildungs Yoga</b> <i>mit Nancy</i></p> <p>9 Einheiten 14.04. bis 30.06.23 <b>140,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 05.05., 19.05. u. 09.06.23</i></p>
				<p>15.15 – 16.15 Uhr <b>Yoga für Mädchen</b> (10 – 14 Jahre) <i>mit Nancy</i></p> <p>5 Einheiten 03.03. bis 31.03.23 <b>60,- €</b></p>
<p>18.00 - 19.30 Uhr <b>Flow &amp; Stretch</b> <i>mit Andy</i></p> <p>8 Einheiten 17.04. bis 26.06.23 <b>125,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 01.05., 29.05. u. 05.06.23</i></p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr <b>Spirit Yoga</b> <i>mit Andy</i></p> <p>10 Einheiten 11.04. bis 27.06.23 <b>155,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 30.05. u. 06.06.23</i></p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr <b>Rücken &amp; Yin Yoga</b> <i>mit Andy</i></p> <p>10 Einheiten 12.04. bis 28.06.23 <b>155,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 31.05. u. 07.06.23</i></p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr <b>Komm in die Stille</b> <i>mit Andy</i></p> <p>9 Einheiten 13.04. bis 29.06.23 <b>140,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 18.05., 01.06. u. 08.06.23</i></p>	<p>17.00 – 18.30 Uhr <b>Schwangeren Yoga</b> <i>mit Nancy</i></p> <p>9 Einheiten 14.04. bis 30.06.23 <b>140,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 05.05., 19.05. u. 09.06.23</i></p>
<p>20.00 - 21.30 Uhr <b>Yin Flow Yoga</b> <i>mit Andy</i></p> <p>8 Einheiten 17.04. bis 26.06.23 <b>125,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 01.05., 29.05. u. 05.06.23</i></p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr <b>Rücken &amp; Yin Yoga</b> <i>mit Andy</i></p> <p>10 Einheiten 11.04. bis 27.06.23 <b>155,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 30.05. u. 06.06.23</i></p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr <b>Flow &amp; Stretch</b> <i>mit Andy</i></p> <p>10 Einheiten 12.04. bis 28.06.23 <b>155,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 31.05. u. 07.06.23</i></p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr <b>Vinyasa Yoga</b> <i>mit Andy</i></p> <p>9 Einheiten 13.04. bis 29.06.23 <b>140,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 18.05., 01.06. u. 08.06.23</i></p>	<p>19.15 – 20.45 Uhr <b>Dyaden Meditation</b> <i>mit Uschi</i></p> <p>5 Einheiten 14.04. bis 30.06.23 <b>80,- €</b> <i>Keine Kursstunde am 07.04., 28.04. u. 12.05.23</i></p>

## Farbcode der Levels:

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

**Level 2**  
für leicht  
Fortgeschrittene

**Level 3**  
für Geübte