

YogaVital Kursplan Oktober – Dezember 2025

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag	Freitag
				7.15 – 8.15 Uhr Early Bird Yoga mit Uschi 9 Einheiten 22.10. bis 17.12.25 126,- €			10.00 - 11.30 Uhr Rückbildungs Yoga mit Nancy 8 Einheiten 10.10. bis 28.11.25 136,- €
				9.30 – 11.00 Uhr Yin & Yang Yoga sanft mit Uschi 9 Einheiten 22.10. bis 17.12.25 153,- €			
18.00 - 19.30 Uhr Go with the Flow mit Andreas 10 Einheiten 20.10. bis 22.12.25 170,- € am 17.11.25 mit Uschi		18.00 - 19.30 Uhr Yoga & NatureSpirit mit Andreas 10 Einheiten 21.10. bis 23.12.25 170,- €		18.00 – 19.30 Uhr Yin & Yang Yoga mit Uschi 9 Einheiten 22.10. bis 17.12.25 153,- €	18.00 - 19.30 Uhr Rücken & Yin Yoga mit Andreas 9 Einheiten 22.10. bis 17.12.25 153,- €	18.00 - 19.30 Uhr Prana & Yin Yoga mit Andreas 9 Einheiten 23.10. bis 18.12.25 153,- € am 13.11.25 mit Andrea am 04.12.25 mit Uschi	17.00 – 18.30 Uhr Schwangeren Yoga mit Nancy 8 Einheiten 10.10. bis 28.11.25 136,- €
20.00 - 21.30 Uhr Faszien & SomaticYoga mit Andreas 10 Einheiten 20.10. bis 22.12.25 170,- €	20.00 - 21.30 Uhr Yin & Yang Yoga mit Uschi 10 Einheiten 20.10. bis 22.12.25 170,- €	20.00 - 21.30 Uhr Rücken & Yin Yoga mit Andreas 10 Einheiten 21.10. bis 23.12.25 170,- €	NEU 20.00 - 21.30 Uhr Mami Time Yoga mit Nancy 9 Einheiten 21.10. bis 16.12.25 153,- €		20.00 - 21.30 Uhr Go with the Flow mit Andreas 9 Einheiten 22.10. bis 17.12.25 153,- €	20.00 - 21.30 Uhr Vinyasa Yoga mit Andreas 8 Einheiten 23.10. bis 18.12.25 136,- € am 30.10.25 mit Uschi am 13.11.25 kein Yoga	

Farbcode
der Levels:

- Level 1

für Einsteiger
(Fortgeschrittene
willkommen)
- Level 2

für leicht
Fortgeschrittene
- Level 3

für Geübte