

YogaVital Kursplan Januar – März 2026

Montag	Dienstag		Mittwoch		Donnerstag	Freitag
			7.15 – 8.15 Uhr Early Bird Yoga <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 07.01. bis 11.03.26 140,- €			10.00 - 11.30 Uhr Rückbildungs Yoga <i>mit Nancy</i> 8 Einheiten 05.12.25 bis 06.02.26 136,- €
			9.30 – 11.00 Uhr Yin & Yang Yoga sanft <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 07.01. bis 11.03.26 170,- €			
18.00 - 19.30 Uhr Go with the Flow <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 12.01. bis 16.03.26 170,- €		18.00 - 19.30 Uhr Yoga & NatureSpirit <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 13.01. bis 17.03.26 170,- €	18.00 – 19.30 Uhr Yin & Yang Yoga <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 07.01. bis 11.03.26 170,- €	18.00 - 19.30 Uhr Rücken & Yin Yoga <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 07.01. bis 11.03.26 170,- €	18.00 - 19.30 Uhr Prana & Yin Yoga <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 08.01. bis 12.03.26 170,- €	17.00 – 18.30 Uhr Schwangeren Yoga <i>mit Nancy</i> 7 Einheiten 05.12.25 bis 06.02.26 119,- €
20.00 - 21.30 Uhr Faszien & SomaticYoga <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 12.01. bis 16.03.26 170,- €	20.00 - 21.30 Uhr Yin & Yang Yoga <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 12.01. bis 16.03.26 170,- €	20.00 - 21.30 Uhr Rücken & Yin Yoga <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 13.01. bis 17.03.26 170,- €	20.00 - 21.30 Uhr Mami Time Yoga <i>mit Nancy</i> 9 Einheiten 13.01. bis 17.03.26 153,- € <i>Am 10.02.26 kein Yoga</i>	20.00 - 21.30 Uhr Go with the Flow <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 07.01. bis 11.03.26 170,- €	20.00 - 21.30 Uhr Vinyasa Yoga <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 08.01. bis 12.03.26 170,- €	<i>Am 23.01.26 kein Yoga</i>

Farbcode der Levels:

Level 1 für Einsteiger (Fortgeschrittene willkommen)
Level 2 für leicht Fortgeschrittene
Level 3 für Geübte