

YogaVital Kursplan März – Mai 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag
		7.15 – 8.15 Uhr Early Bird Yoga <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 25.03. bis 27.05.26 140,- €			10.00 - 11.30 Uhr Rückbildungs Yoga <i>mit Nancy</i> 8 Einheiten 20.02. bis 17.04.26 140,- € <i>kein Yoga am 03.04.</i>
		9.30 – 11.00 Uhr Yin & Yang Yoga sanft <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 17.03. bis 02.06.26 175,- € <i>am 17.03.+02.06. Dienstags kein Yoga am 08.04.+15.04.</i>			
18.00 - 19.30 Uhr Go with the Flow <i>mit Andreas</i> 9 Einheiten 23.03. bis 01.06.26 158,- € <i>kein Yoga am 06.04.+25.05.</i>	18.00 - 19.30 Uhr Yoga & NatureSpirit <i>mit Andreas</i> 9 Einheiten 24.03. bis 02.06.26 158,- € <i>kein Yoga am 07.04.+14.04.</i>	18.00 – 19.30 Uhr Yin & Yang Yoga <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 17.03. bis 02.06.26 175,- € <i>am 17.03.+02.06. Dienstags kein Yoga am 08.04.+15.04.</i>	18.00 - 19.30 Uhr Rücken & Yin Yoga <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 18.03. bis 20.05.26 175,- €	18.00 - 19.30 Uhr Prana & Yin Yoga <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 19.03. bis 28.05.26 175,- € <i>kein Yoga am 14.05.</i>	17.00 – 18.30 Uhr Schwangeren Yoga <i>mit Nancy</i> 8 Einheiten 20.02. bis 17.04.26 140,- € <i>kein Yoga am 03.04.</i>
20.00 - 21.30 Uhr Faszien & SomaticYoga <i>mit Andreas</i> 9 Einheiten 23.03. bis 01.06.26 158,- € <i>kein Yoga am 06.04.+25.05.</i>	20.00 - 21.30 Uhr Yin & Yang Yoga <i>mit Uschi</i> 8 Einheiten 23.03. bis 01.06.26 140,- € <i>kein Yoga am 06.+13.04. und am 25.05.</i>	20.00 - 21.30 Uhr Rücken & Yin Yoga <i>mit Andreas</i> 9 Einheiten 24.03. bis 02.06.26 158,- € <i>kein Yoga am 07.04.+14.04.</i>	20.00 - 21.30 Uhr Mami Time Yoga <i>mit Nancy</i> 10 Einheiten 24.03. bis 26.05.26 175,- €	20.00 - 21.30 Uhr Go with the Flow <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 18.03. bis 20.05.26 175,- €	20.00 - 21.30 Uhr Vinyasa Yoga <i>mit Andreas</i> 10 Einheiten 19.03. bis 28.05.26 175,- € <i>kein Yoga am 14.05.</i>

Farbcode der Levels:

Level 1

für Einsteiger

(Fortgeschrittene
willkommen)

Level 2

für leicht
Fortgeschrittene

Level 3

für Geübte