

# OFFENER YOGASTUNDENPLAN Gültig ab 08.01.2018

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
7:00		7:00 – 8:15 Early Bird A/M			7:00 – 8:15 Early Bird	
8:00						
9:00	8:30 – 10:00 A/M	9:00 – 10:30 A/M/F				
10:00					10:00 – 11:30 A/M/F	
11:00			10:30 – 12:00 A/M			11:00 – 12:00 M <sup>2</sup>
12:00	12:15 – 13:00 Yoga am Mittag A/M/F <sup>1</sup>		12:15 – 13:00 Yoga am Mittag A/M/F <sup>1</sup>			
17:00	17:00 – 18:30 A/M	17:00 – 18:30 M/F	17:00 – 18:30 Regeneratives Yoga A/M	17:00 – 18:15 Regeneratives Yoga A/M	17:00 – 18:30 Yoga in English <sup>4</sup> all levels	17:00 – 18:30 A/M/F
18:00		17:30 – 19:00 A/M	18:00 – 19:30 Kundalini A/M/F		17:30 – 19:00 A/M/F	
19:00	18:45 – 20:15 Yoga mit Musik M/F	18:45 – 20:15 A/M/F		18:45 – 20:15 M/F	18:45 – 20:15 A/M	
20:00			20:00 – 21:30 Kundalini A/M/F			
21:00				20:30 – 22:00 A/M/F		

 Schlosstraße 66

 Reinsburgstraße 66

A = Anfänger

M = Mittelstufe

F = Fortgeschrittene

Offene Yogastunden dauern 75/90 Minuten.  
Bitte 15 Minuten vor Beginn der Stunde im  
Zentrum sein und bequeme Kleidung mitbringen.  
Offene Yogastunden können als Einzelstunden,  
als 10er Karte oder per Mitgliedschaft bezahlt  
werden und benötigen keine Voranmeldung.

<sup>1</sup> Yoga am Mittag: 45 Minuten

<sup>2</sup> auf Spendenbasis, Yoga Vidya Grundreihe Mittelstufe