

## STUNDENPLAN

Zeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
6h						7:00 - 8:30  <b>Integral Yoga*</b> mit Leo, nur nach Anmeldung!	
8h	8:15 - 9:15  <b>Schwanger-schaftsyoga</b> mit Sabine, persönliche Termin- absprache auch an anderen Tagen unter 0228 9288363						
9h	9:30 - 11:00  <b>ruhiges Hormon-Yoga nur für Frauen</b> mit Sabine		9:30 - 11:00  <b>dynamisches Hormon-Yoga nur für Frauen *</b> mit Anja		9:15-10:45  <b>Vinyasa-flow-Yoga</b> mit Anja	9:15 - 10:45  <u><a href="#">Kundalini -Yoga</a></u> mit Anne  <b>Anmeldung unter</b> 0179-6856713	<b>Workshop</b>
16h	16h - 17.30h <b>Hatha-Yoga sanft und ruhig, gegen Streß</b> , mit Lotte						16:30-17:30 <b>sanftes Hatha Yoga</b> mit Leo, nur nach Anmeldung unter 0177 35 27 934
18h	18:15 - 19:45  <b>Hatha-Yoga*</b> mit Lotte	18:00 - 19:30  <b>Vinyasa-flow -Yoga*</b> vom 15.5. bis incl. 12.6. mit Sanjeev, nur	18:15 - 19:45  <b>Hatha-Yoga in English!</b>  Nur nach Anmeldung!	18:00 - 19:30  <b>Vinyasa-flow-Yoga*</b> mit Lotte			18:00-19:30  <u><a href="#">Integral -Yoga</a></u> mit Leo

		nach Anmeldung!					
20h	20:00 - 21:30 <b>Vinyasa - flow-Yoga</b> mit Anja	20:00 - 21:30 <b>Yoga für den Rücken*</b> mit Lotte	20:00 - 21:30 <b>Vinyasa-Yoga</b> * mit Leo, Anfänger	20:00 - 21:30 <b>Hatha-Yoga</b> mit Lotte			

Die mit \* gekennzeichneten Kurse, sind für Einsteiger/ Anfänger. Einstieg jederzeit möglich. Infos bei [lottum@web.de](mailto:lottum@web.de)

ALEXANDER FISCHER - YOGA & PHYSIOTHERAPIE - Druckversion vom: 21.05.2012