

YOGA.BEWEGUNG.TANZ

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|--|---|--|--|--|--|--|
| 9:15 - 10:15 Kursblöcke mit wechselnden Themen | | 9:15 - 10:15 FIT! MAMA Workout mit Baby | | Einzelsessions Bodywork Thai Yoga Massage Klangbad Personal Yoga Coaching | Workshops, Specials & Kursblöcke Infos unter: yinundjanka.de | Workshops, Specials & Kursblöcke Infos unter: yinundjanka.de |
| 10:30 - 11:30 MAMA BABY YOGA | *10:15 - 11:30 HATHA YOGA - YIN & YANG | 10:30 - 11:30 RÜCKBILDUNG | | 15:30 & 16:30 Kindertanz 1-3 Jahre | | |
| 15:30 Uhr Kindertanz 3-6 Jahre | *16:15- 17:30 YIN YOGA - RESTORATIVE | *16:15- 17:30 YIN YOGA - RESTORATIVE | | | Buche deine persönliche Auszeit: THAI YOGA BODYWORK - KÖRPERARBEIT - KLANGBAD - PERSONAL Yoga Coaching u.v.m Termine nach Absprache | |
| 18:00 - 19:00 PRÄNATAL YOGA Yoga in der Schwangerschaft | 18:15 - 19:15 NEW! BAD MEDITATORS CLUB Meditation - Impulse - Austausch Coming NOV`25 | 18:00 - 19:15 HATHA YOGA BASIC | 18:15 - 19:15 ORTHO YOGA alle Level ab 18.9 | 17:15 - 19:00 NEW! ECSTATIC DANCE Termine unter Workshops und Specials | NEU BEI UNS: ORTHOPÄDISCHES YOGA | |
| 19:30 - 20:45 YIN YOGA & MEDITATION | 19:30 - 20:30 YIN YOGA & THAI YOGA MASSAGE | | 19:30 - 20:45 VINYASA FLOW Mixed Level | | | |
| | | | | | | |



*Krankenkassen zertifizierte Kurse über 8 -10 Wochen

- geschlossene Kurse Mama & Baby
- geschlossene Kursblöcke
- offene Klassen
- Workshops und Specials