

Vertretungs-Plan

15.9. – 3.10.2025

Alle Kurse finden im Studio (nicht online) statt. Die Anmeldung zu den offenen Kursen ist wie immer wochenweise über die Homepage möglich.

MO

15.9. / 22.9. / 29.9.

- 10:00 FLOW (15.9. Elfi / 22.9. Svenja C. / 29.9. entfällt)
- 18:30 FLOW (Steffi)
- 18:30 Einsteiger-Kurs* (Simone)
- 20:00 YIN (Steffi)

DI

16.9. / 23.9. / 30.9.

- 10:00 Schwangere* (Heike)
- 18:00 BASIC (16. + 30.9. Sonja / 23.9. Simone)
- 18:00 Einsteiger-Kurs* (Svenja H.)
- 19:30 FLOW (16. + 30.9. Sonja / 23.9. Simone)
- 19:30 Themen-Kurs* (Svenja H.)

MI

17.9. / 24.9. / 1.10.

- 10:00 BASIC (17. + 24.9. Heike / 1.10. entfällt)
- 18:00 YIN (17.9. entfällt / 24.9. Bine / 1.10. Marina)
- 19:30 RÜCKEN (Svenja H.)
- 19:30 YOGABoard* (am 24.9. mit Bine)

DO

18.9. / 25.9. / 2.10.

- 10:00 FASZIEN (2.10. Marina) / YOGA & MEDITATION (18.+25.9. Richard)
- 17:00 RÜCKEN (Simone)
- 18:30 BASIC (Simone)
- 18:30 Präventions-Kurs Schwangere* (Marina)
- 19:45 Präventions-Kurs* (Marina)
- 20:00 BASIC FLOW (Sonja)

FR

19.9. / 26.9. (3.10. Feiertag = keine Kurse)

- 10:00 ANATOMISCHES YOGA (Michaela / 19.9. Heike)
- 17:00 YOGA & MEDITATION (Simone)

* Feste Kursreihe oder Special