

Vertretungs-Plan

18.9. – 6.10.2023

Alle Kurse finden im Studio (nicht online) statt. Die Anmeldung zu den offenen Kursen ist wochenweise über die Homepage möglich, jeweils ab donnerstags für die Folgewoche.

Montag, 18.9.

10:00 FLOW (Simone)
10:00 Yoga n.d. Geburt* (Heike)
18:30 FLOW (Sonja)
18:30 Einsteiger-Kurs* (Simone)
20:00 YIN (Simone)
20:00 Präventionskurs* (Marina)

Montag, 25.9.

10:00 FLOW (Simone)
10:00 Yoga n.d. Geburt* (Heike)
18:30 FLOW (Svenja)
18:30 Einsteiger-Kurs* (Simone)
20:00 YIN (Simone)
20:00 Präventionskurs* (Marina)

Montag, 2.10.

10:00 FLOW (Simone)
10:00 Yoga n.d. Geburt* (Heike)
18:30 FLOW (Svenja)
18:30 Einsteiger-Kurs* (Simone)
20:00 YIN (Simone)

Dienstag, 19.9.

10:00 Schwangere* (Heike)
18:00 BASIC (Sophie)
18:00 Einsteiger-Kurs* (Svenja)
19:30 FLOW (Sophie)
19:30 Aufbau-Kurs* (Svenja)

Dienstag, 26.9.

10:00 Schwangere* (Heike)
18:00 BASIC (Sonja)
18:00 Einsteiger-Kurs* (Svenja)
19:30 FLOW (Sonja)
19:30 Aufbau-Kurs* (Svenja)

Dienstag, 3.10.

Happy Feiertag!
(heute keine Kurse)

Mittwoch, 20.9.

10:00 BASIC (Simone)
18:00 Aufbau-Kurs* (Svenja)
18:00 YIN (Bine)
19:30 RÜCKEN (Svenja)
19:30 YOGABoard Special**

Mittwoch, 27.9.

10:00 BASIC (Simone)
18:00 Aufbau-Kurs* (Svenja)
18:00 YIN (Bine)
19:30 RÜCKEN (Svenja)

Mittwoch, 4.10.

10:00 BASIC (Simone)
18:00 Aufbau-Kurs* (Svenja)
18:00 YIN (Bine)
19:30 RÜCKEN (Svenja)
19:30 YOGABoard Special**

Donnerstag, 21.9.

10:00 FLOW (Sophie)
17:00 RÜCKEN (Heike)
18:30 Schwangere* (Heike)
18:30 BASIC (Simone)
20:00 BASIC FLOW (Sonja)

Donnerstag, 28.9.

10:00 FLOW (Sophie)
17:00 RÜCKEN (Heike)
18:30 Schwangere* (Heike)
18:30 BASIC (Simone)
20:00 BASIC FLOW (Sonja)

Donnerstag, 5.10.

10:00 FLOW (Sophie)
17:00 RÜCKEN (Heike)
18:30 Schwangere* (Heike)
18:30 BASIC (Simone)
20:00 BASIC FLOW (Bine)

Freitag, 22.9.

10:00 ANATOM. YOGA
(Michaela)
17:00 YOGA & MEDI (Simone)

Freitag, 29.9.

10:00 ANATOM. YOGA
(Michaela)
17:00 YOGA & MEDI (Simone)

Freitag, 6.10.

10:00 ANATOM. YOGA
(Michaela)
17:00 YOGA & MEDI (Simone)

* Feste/geschlossene Kursreihe

** Special mit Zuzahlung