

YOGA IM ZENTRUM

Stundenplan Yoga-Lektionen / Untervermietung Raum (Schmerzfrei Worb und Pilates ir Moschti)

(Stand: 29.06.2022)

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
YOGA 08.30 – 09.45 mit Rahel		YIN YOGA 08.30 – 09.45 mit Ilona		Pilates ir Moschti Nora Linder		
YOGA sanft 10.15 – 11.15 mit Rahel		YOGA 10.00 – 11.15 mit Ilona				
LUNCH YOGA 12.15 – 13.15 mit Rahel						
YOGA FLOW 18.00 – 19.15 mit Petra	Pilates ir Moschti Nora Linder	YOGA 18.30 – 19.45 mit Rahel	YOGA FLOW 18.00 – 19.15 mit Annina (Stv. Ilona)	Workshops: Yin Yoga + Klang Restorative Yoga (Infos siehe Homepage)		
YIN YOGA 19.30 – 20.45 mit Petra		YIN YOGA 20.00 – 21.15 mit Rahel	YIN YANG YOGA 19.30 – 20.45 mit Annina (Stv. Ilona)			