

YOGA IM ZENTRUM

Stundenplan Yoga-Lektionen ab 01.01.2023 / Untervermietung Raum (Pilates ir Moschti, Yogazeit und Wandlungsoase)

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

Raum untervermietet