



KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Atemarbeit trifft Meditation mit Tina 7:00 – 8:00 Uhr				
Burnout präventiv mit Mandy 9:00 – 10:30 Uhr	Yoga mit Nitya 9:00 – 10:30 Uhr (o)	(Faszien) Yoga mit Val 8:30 – 10:00 Uhr (o)	Yoga & Klang mit Ramadhuta / Allegra 8:30 – 10:00 Uhr	Yoga / Mittelstufe mit Ramadhuta 8:30 – 10:00 Uhr (o)
Die Kraft der Resilienz mit Mandy (ab 6.5.) 9:00 – 10:30 Uhr	Yoga nach der Geburt mit/ohne Baby & Kinderbetreuung mit Nitya 11:00 – 12:30 Uhr (o)	Yoga auf dem Stuhl für Senioren mit Nitya 11:00 – 12:00 Uhr		Preise 10er-Karte Kurse mit Nitya, Carina & Ramadhuta 90 min 150 € Yoga auf dem Stuhl 120 € Kinderyoga 110 € Die 10er-Karte ist 4 Monate gültig!
Kinderyoga mit Nitya 16:30 – 17:30 Uhr		Yoga / Anfänger mit Ramadhuta 16:00 – 17:30 Uhr	Yoga für Schwangere mit Carina 16:00 – 17:30 Uhr (o)	Preis Probestunde/ Einzeleintritt im Kurs 90 min 17 €
	Yoga / Anfänger mit Ramadhuta 18:00 – 19:30 Uhr (o)	(Faszien) Yoga mit Val 18:00 – 19:30 Uhr (o)	Yoga mit Nitya 18:00 – 19:30 Uhr (o)	(O) = Online-Teilnahme möglich Zoom-Zugang bitte anfragen.
Yoga mit Nitya 19:00 – 20:30 Uhr (o)	Yoga / Mittelstufe intensiv mit Ramadhuta 20:00 – 21:30 Uhr (o)	Yoga / Mittelstufe kreativ mit Ramadhuta 20:00 – 21:30 Uhr (o)	Yoga mit Nitya 20:00 – 21:30 Uhr (o)	Krankenkassen zertifizierte Kurse! Kurspreise blaue Kurse bitte direkt beim Kursleiter erfragen.

Die 10er-Karten von Ramadhuta, Nitya & Carina sind untereinander übertragbar, ein freies Wechseln zwischen den Stunden ist ohne Voranmeldung möglich.