



KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Mental stark: Resilienztraining mit Mandy 9:00 – 10:30 Uhr	Yoga mit Nitya 9:00 – 10:30 Uhr (o)	Yoga mit Valentina 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)
	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 (o)		Preise 10er-Karte Yogakurs 90 min 160 € Yogakurs 60 min 120 € 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 18 €
	Yoga / Anfänger mit Ramadhuta 18:00 – 19:30 Uhr (o)	Yoga mit Valentina 18:00 – 19:30 Uhr (o)	Yoga mit Nitya 18:00 – 19:30 Uhr (o)	Krankenkassen zertifizierte Kurse, eine Erstattung der Kursgebühren von deiner Krankenkasse ist möglich!
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)	(O) = Online-Teilnahme möglich Zoom-Zugang bitte anfragen.

Alle Kurse sind offen – mit deiner 10er-Karte kannst du alle Yogastunden von allen YogalehrerInnen besuchen, einfach vorbeikommen!