



YOGAZENTRUM MAUER

Sommer Stundenplan Yoga & Kurse im JULI

MONTAG

8:30-09:30h	Yogalates mit Helga (entfällt am 30.6. + 7.7.)
10:00-11:30	Einfach Yoga mit Karin (entfällt am 14.7.)
12:15-13:00	DEEPWORK Xpress mit Ulli (findet statt nur am 28.7.)
17:15-18:45h	Anfänger Yoga mit Gerda (entfällt am 28.7.)
19:00-20:15h	Abendyoga mit Ines

DIENSTAG

8:30-09:45h	Morgenyoga mit Ines
10:00-11:15h	Yoga basic mit Ines
17:00-18:30h	Fit & Gesund mit Susi
19:00-20:15	DEEPWORK mit Ulli (findet statt nur am 29.7.)

MITTWOCH

08:00-09:00	BODYART Stretch mit Ulli (findet statt nur am 30.7.)
9:30-10:30h	Schwangerenyoga mit Philippa (entfällt am 2.7. + 30.7.)
11:00-12:00h	Mama & Baby Yoga mit Philippa (entfällt am 2.7. + 30.7.)
17:00-18:15h	Flowyoga mit Denise (entfällt am 2.7.+ 9.7)
18:30-19:45h	Achtsames Flowyoga mit Helene
20:00-21:15h	Yin & Flow mit Denise (entfällt am 2.7.+ 9.7)

DONNERSTAG

08:00-09:15	DEEPWORK mit Ulli (findet statt nur am 31.7.)
10:00-11:15h	Yoga basic mit Sandra (findet statt am 24.7. + 31.7.)
16:45-17:35h	NIA mit Monika (entfällt am 24.7. und 31.7.)
17:45-18:45h	Yogaflow mit Monika (entfällt am 24.7. und 31.7.)
17:30-18:30	BODYART mit Ulli (findet statt nur am 31.7.)
19:00-20:15h	Yinyoga mit Ines

FREITAG

7:00-8:00h	Early bird Yoga mit Regina (entfällt am 11.7. + 25.7.)
8:30-09:45h	Morgenyoga mit Ines (findet statt am 4.7. und 18.7.)
10:00-11:15h	Yoga basic mit Ines (findet statt am 4.7. und 18.7.)

Wir freuen uns auf Euren Besuch!

Info & Anmeldung: office@yogazentrum-mauer.at