



YOGAZENTRUM MAUER

Sommer Stundenplan Yoga & Kurse im AUGUST

MONTAG

- 12:15-13:00h DEEPWORK Xpress mit Ulli
17:15-18:45h Anfänger Yoga mit Gerda (findet statt nur am 31.8.)
19:00-20:15h Abendyoga mit Ines & Kolleginnen

DIENSTAG

- 8:30-09:45h Morgenyoga mit Ines & Kolleginnen (entfällt am 18.8.)
10:00-11:15h Yoga basic mit Ines & Kolleginnen (entfällt am 18.8.)
13:00-14:00h Yoga 60+ mit Tanja (entfällt am 18.8. und 25.8.)
17:00-18:30h Fit & Gesund mit Susi
19:00-20:15 DEEPWORK mit Ulli

MITTWOCH

- 08:00-09:00 BODYART Stretch mit Ulli
19:00-20:15h Achtsames Flow Yoga mit Helene

DONNERSTAG

- 08:00-09:15 DEEPWORK mit Ulli
10:00-11:15h Yoga basic mit Pia (entfällt am 20.8.)
17:30-18:30 BODYART mit Ulli
19:00-20:15h Yinyoga mit Ines & Kolleginnen (entfällt am 6.8. + 13.8.)

FREITAG

- 7:00-8:00h Early bird Yoga mit Regina (entfällt am 7.8.)
8:30-09:45h Morgenyoga mit Ines (findet statt am 28.8. und 4.9.)
10:00-11:00h Nia mit Monika (entfällt am 7.8. und am 21.8.)
11:15-12:15h Qi Gong mit Monika (entfällt am 7.8. und am 21.8.)

Wir freuen uns auf Euren Besuch!
Info & Anmeldung: office@yogazentrum-mauer.at