



YOGAZENTRUM MAUER

Sommer Stundenplan Yoga & Kurse im JULI

MONTAG

8:30-09:30h	Breathwork mit Regina (entfällt am 13.7.)
10:00-11:30	Einfach Yoga mit Karin
17:15-18:45h	Anfänger Yoga mit Gerda (entfällt am 20.7. und 27.7.)
19:00-20:15h	Abendyoga mit Ines

DIENSTAG

8:30-09:45h	Morgenyoga mit Ines
10:00-11:15h	Yoga basic mit Ines
13:00-14:00h	Yoga 60+ mit Tanja
17:00-18:30h	Fit & Gesund mit Susi
19:00-20:15	DEEPWORK mit Ulli (findet statt nur am 28.7.)

MITTWOCH

08:00-09:00	BODYART Stretch mit Ulli (findet statt nur am 29.7.)
9:30-10:30h	Schwangerenyoga mit Philippa
11:00-12:00h	Mama & Baby Yoga mit Philippa

DONNERSTAG

08:00-09:15	DEEPWORK mit Ulli (findet statt nur am 30.7.)
10:00-11:15h	Yoga basic mit Pia
17:30-18:30	BODYART mit Ulli (findet statt nur am 30.7.)
19:00-20:15h	Yinyoga mit Ines

FREITAG

7:00-8:00h	Early bird Yoga mit Regina (entfällt am 10.7.)
8:30-09:45h	Morgenyoga mit Ines (findet statt am 10.7. und 24.7.)
10:00-11:00h	Nia mit Monika (findet statt nur am 17.7.)
11:15-12:15h	Qi Gong mit Monika (findet statt nur am 17.7.)

Wir freuen uns auf Euren Besuch!

Info & Anmeldung: office@yogazentrum-mauer.at