

Kursplan	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00	Mit Yoga in den Tag / im Raum 1 / 08:15 - 9:30 / Dagmar						
09:00			Körpertraining nach Pilates im Raum 2 / 09:00 - 10:00 Johanna				
10:00	Mittelstufe im Raum 1 10:30 - 12:15 / Ortwin		Mittelstufe im Raum 1 10:30 - 12:15 / Ortwin		Yoga 50 plus im Raum 1 10:30 - 12:15 / Edi		
			Anfänger 1 im Raum 2 10:30 - 12:15 / Frauke B.				
11:00						Open Class / 11:00 - 12.45 verschiedene LehrerInnen	
17:00			Fortgeschrittene im Raum 1 17:00 - 18:45 / Ortwin				
			Anfänger 2 im Raum 2 17:00 - 18:45 / Frauke H.				
18:00		Mittelstufe im Raum 1 18:00 - 19:45 / Ortwin		Mittelstufe im Raum 1 18:00 - 19:45 / Ortwin			
				Anfänger 1 im Raum 2 18:00-19:45 / Maximiliane			
19:00	Masterclass im Raum 1 19:00 - 21:00 / Ortwin		Mittelstufe im Raum 1 19:30 - 21:30 / Maximiliane				Meditation im Raum 1 19:00 - 20:00 / Ortwin
	Anfänger 2 im Raum 2 19:00 - 20:45 / Frauke B.						
				Studienkreis / Kurzworkshops 19:30-22:00 (jeden 1. bzw. 3. Mittwoch im Monat)			
20:00		Anfänger 2 im Raum 2 20:00 - 21:45 / Nina		Yoga Nidra Raum 1 20:00. - 21.45 / Ortwin			

Anfänger
Mittelstufe
Fortgeschrittene
Themengruppen /

Kursangebot: € 50,00 monatlich (Ermäßigung auf Anfrage möglich)

Mit Yoga in den Tag: € 40,00 monatlich

Teilnahmebedingungen und weitere Informationen findest Du hier: www.integrale-yoga-schule.de