



Kursplan Yoga Centrum Erding ab 01.09
- 31.12.2020

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag	
Großer Raum	Kleiner Raum	Großer Raum	Kleiner Raum	Großer Raum	Kleiner Raum	Großer Raum	Kleiner Raum
		Hatha Yoga (Ines) 9.00-10.30	Yoga für Schwangere (Simone) 9:15-10.30	Hatha Yoga (Ines) 9.00-10.30	Body & Mind (Sonja) 9.00-10.15	Hatha Yoga (Ines) 9:00-10.30	Morning Flow (Simone) 9.15-10.30
Body & Mind (Sonja) 17.00-18.00	Yoga gentle flow (Simone) 16:45-18.00	Hatha Yoga flow (Simone) 16:30-17.45				Yoga für den gesunden Rücken (Regina) 15:15-16:30	
Body & Mind (Sonja) 18.15-19.30	Hatha Yoga (Ines) 18.15-19.30	Body & Mind (Sonja) 18.15-19.30	Ashtanga Yoga (Simone) 18.00-19.30	Hatha Yoga (Ines) 16.45-18.00	Ashtanga Yoga (Simone) 16.45-17.45	Yoga für den gesunden Rücken (Regina) 16.45-18.00	
				Hatha Yoga (Ines) 18.15-19.30	Yoga für Schwangere (Simone) 18.15-19.30	Vinyasa Flow (Simone) 18.30-19.45	Qi Gong (Regina) 18.30-19.30
Yoga für Männer (Ines) 20.00-21.30	Yoga für Schwangere (Simone) 20.00-21.15	Yin Yoga (Ines) 20.00-21.00	Body & Mind (Sonja) 20.00-21.15	Hatha Yoga (Simone) 20.00-21.30	Hatha Flow (Alina) 20.00-21.30	Body & Mind (Sonja) 20.15-21.30	Yoga für Männer (Simone) 20.15-21.45
		Outdoor		Kurse in Oberneuching		Kurse in Oberneuching	
		Fit Camp (Sonja) 16:30-17:30		Body & Mind (Sonja) 18.00-19.15		Body & Mind (Sonja) 18.15-19.15	
				Body & Mind (Sonja) 19.30-20.30			