



**Kursplan Yoga Centrum Erding ab
15.6. – 31.7.2020**

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag	
Großer Raum	Kleiner Raum	Großer Raum	Kleiner Raum	Großer Raum	Kleiner Raum	Großer Raum	Kleiner Raum
		Hatha Yoga (Ines) 9.00-10.00	Yoga für Schwangere (Simone) 9:30-10.30	Hatha Yoga (Ines) 8.45-9.45	Body & Mind (Sonja) 9.00-10.00	Hatha Yoga (Ines) 9:00-10.00	
Hatha Yoga (Ines) 17.00-18.00	Yoga gentle flow (Simone) 16:45-17:45	Body & Mind (Sonja) 17.00-18.00				Yoga für den gesunden Rücken (Regina) 15:30-16:30	
Body & Mind (Sonja) 18.30-19.30	Hatha Yoga (Ines) 18.15-19.15	Body & Mind (Sonja) 18.30-19.30	Ashtanga Yoga (Simone) 18.15-19.15	Hatha Yoga (Ines) 18.30-19.30		Yoga für den gesunden Rücken (Regina) 17.00-18.00	
						Vinyasa Flow (Simone) 18.30-19.30	Qi Gong (Regina) 18.15-19.15
Yoga für Männer (Ines) 20.00-21.00	Body & Mind (Sonja) 19.45-20.45	Yin Yoga (Ines) 20.00-21.00		Hatha Yoga (Simone) 20.00-21.00	Hatha Flow (Alina) 19.45-20.45	Body & Mind (Sonja) 20.00-21.00	Yoga für Männer (Simone) 19.45-20.45
				Kurse in Oberneuching		Kurse in Oberneuching	
				Body & Mind (Sonja) 18.00-19.00		Body & Mind (Sonja) 18.15-19.15	
				Body & Mind (Sonja) 19.30-20.30			