

K U R S P L A N | Studio Yin

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Aufbaukurs nach der Rückbildung ° 9:00 – 10:00 Miriam	Feldenkrais ° 9:00 – 10:00 Martina	Yoga 9:00 – 10:30 Marjorie	Yoga ** 8:00 – 9:30 Christina
	Beckenboden für Mütter (Rückbildungskurs) ° 10:15 – 11:15 Miriam			Yoga (sanft) ** 9:45 – 11:15 Christina
	Beckenboden für Mütter (Rückbildungskurs) ° 11:30 – 12:30 Miriam			
Yoga 17:15 – 18:45 Sarah	Yoga 17:30 – 19:00 Marjorie	Hatha Yoga 18:15 – 19:45 Christina	Vinyasa Flow Yoga 18:00 – 19:30 Marjorie	
Yoga** 19:15 – 20:45 Sarah	Yoga** 19:30 – 21:00 Christina	Hatha Yoga 20:00 – 21:30 Christina	Pilates ° 20:00 – 21:00 Geli	Yoga ** 19:00 – 20:30 Christina
* On Hold (startet ab 5 TN – siehe »Aktuelles«) ** DropIn Class ° Externes Kursangebot				