

Kursplan (gültig ab April 2022)

gelb = Yogaraum / Habsburgerstraße 95

grün = Bewegungsraum auf dem Grether / Adlerstraße 12

rot = analog und digital

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
			09.00-10.30 Morning Yoga Andrea	09.00-10.30 Morning Yoga Anika	
				10.00-11.30 Women's Class Uta	09.30-11.00 Morning Yoga Catrin
18.00 – 19.30 Core Integration 1 Andrea		16.00-17.30 Open Uta	16.00-17.00 Pilates (60 Min.) Janina (auch online)	16.00-17.30 Core meets yin Andrea	
18.00-19.30 Level 2-3 Uta (auch online)	18.00-19.30 Level 1-2 Uta	18.00-19.30 Level 2 Janina	18.00-19.30 Core Integration Open Andrea		
20.00-21.30 Yin / Regenerativ Janina (auch online)	20.00-21.30 Open Jule		20.00-21.30 Uhr Level 1 Stefan		