

Kursplan YÖGA

IN DER ALTEN DRUCKEREI OTTENSEN

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
MORGEN & VORMITTAG	10.00 - 11.30 FASZIEN-YOGA (LEVEL 1) WIEBKE	12.00 - 13.00 YOGA AM STUHL WIEBKE/JÖRN	8.00 - 9.00 LEVEL 1 & 2 JENS/JÖRN 10.00 - 11.30 LEVEL 1 / BASIC JÖRN	10.30 - 12.00 GOLDEN YOGA JÖRN	ONLINE / YOUTUBE 8.30 - 9.30 JÖRN 10.00 - 11.30 LEVEL 1 & 2 WIEBKE	10.00 - 11.30 LEVEL 1 & 2 JENS 12.00 - 13.30 LEVEL 1 SARAH	10.30 - 12.00 LEVEL 1 & 2 ALLE LEHRER:INNEN IM WECHSEL
NACHMITTAG				16.45 - 17.45 YOGA FÜR TEENS SARAH			
ABEND	18.00 - 19.30 LEVEL 1 / BASIC JÖRN 20.00 - 21.30 LEVEL 2 / PLUS JÖRN	18.30 - 19.45 LEVEL 1 / BASIC JENS	19.00 - 20.30 LEVEL 1 & 2 WIEBKE	18.30 - 19.45 LEVEL 1 / BASIC MEIKE	18.15 - 19.45 YANG FLOW & YIN RELAX JENS / SARAH		