

<b>MONTAG</b> <b>02.09.2019</b>	<b>DIENSTAG</b> <b>03.09.2019</b>	<b>MITTWOCH</b> <b>04.09.2019</b>	<b>DONNERSTAG</b> <b>05.09.2019</b>	<b>FREITAG</b> <b>06.09.2019</b>
<b>Kursplan</b>	<b>September</b>	<b>2019</b>		17.30 - 19.00 Uhr Trad. Hatha Yoga
	16.15 – 17.45 Uhr Poweryoga	9.30 – 11.00 Uhr Aufbaukurs, sanft + Yoga für Schwangere		<b>17 – 20 Uhr Kräuter- Workshop</b>
17.30 - 19.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Poweryoga		19.00 – 20.30 Uhr Yoga für den Rücken	<b>SAMSTAG</b> <b>07.09.2019</b>
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	20.00 - 21.30 Uhr Yoga Aufbaukurs			9.30 – 11.00 Uhr Aufbaukurs
<b>MONTAG</b> <b>09.09.2019</b>	<b>DIENSTAG</b> <b>10.09.2019</b>	<b>MITTWOCH</b> <b>11.09.2019</b>	<b>DONNERSTAG</b> <b>12.09.2019</b>	<b>FREITAG</b> <b>13.09.2019</b>
	16.15 – 17.45 Uhr Poweryoga	9.30 - 11.00 Uhr Aufbaukurs, sanft + Yoga für Schwangere		17.30 - 19.00 Uhr Trad. Hatha Yoga fällt aus
17.30 - 19.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Poweryoga	17.30 - 19.00 Uhr Aufbaukurs		<b>17 – 20 Uhr Ayurvedischer Kochabend</b>
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Yoga für den Rücken	17.30 – 19.00 Uhr Yin Yoga	19.00 – 20.30 Uhr Yoga für den Rücken	<b>SAMSTAG</b> <b>14.09.2019</b>
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs	20.00 - 21.30 Uhr Yoga Aufbaukurs	19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs		9.30 – 11.00 Uhr Aufbaukurs
<b>MONTAG</b> <b>16.09.2019</b>	<b>DIENSTAG</b> <b>17.09.2019</b>	<b>MITTWOCH</b> <b>18.09.2019</b>	<b>DONNERSTAG</b> <b>19.09.2019</b>	<b>FREITAG</b> <b>20.09.2019</b>
	9.30 - 11.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	9.30 - 11.00 Uhr Aufbaukurs, sanft + Yoga für Schwangere		17.30 - 19.00 Uhr Trad. Hatha Yoga
17.30 - 19.00 Uhr Grundkurs	16.15 – 17.45 Uhr Poweryoga	17.30 - 19.00 Uhr Aufbaukurs fällt aus	16.30 - 17.30 Uhr Kinderyoga	<b>19.15 – 20.15 Uhr Geführte Klangreise</b>
17.30 - 19.00 Uhr. Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Poweryoga	17.30 - 19.00 Uhr Yin Yoga	17.45 – 19.00 Uhr Yoga nach Iyengar	<b>SAMSTAG</b> <b>21.09.2019</b>
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Yoga für den Rücken fällt aus	19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs	19.00 – 20.30 Uhr Yoga für den Rücken	9.30 – 11.00 Uhr Aufbaukurs fällt aus
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs	20.00 - 21.30 Uhr Yoga Aufbaukurs	19.30 - 21.00 Uhr Grundkurs	19.30 – 20.45 Uhr Yoga nach Iyengar	
<b>MONTAG</b> <b>23.09.2019</b>	<b>DIENSTAG</b> <b>24.09.2019</b>	<b>MITTWOCH</b> <b>25.09.2019</b>	<b>DONNERSTAG</b> <b>26.09.2019</b>	<b>FREITAG</b> <b>27.09.2019</b>
	9.30 - 11.00 Uhr Aufbaukurs,	9.30 - 11.00 Uhr Aufbaukurs, sanft + Yoga für Schwangere		17.30 - 19.00 Uhr Trad. Hatha Yoga
17.30 - 19.00 Uhr Grundkurs	16.15 – 17.45 Uhr Poweryoga	17.30 - 19.00 Uhr Aufbaukurs	16.30 - 17.30 Uhr Kinderyoga	
17.30 - 19.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Poweryoga fällt aus	17.30 - 19.00 Uhr Yin Yoga	17.45 – 19.00 Uhr Yoga nach Iyengar	<b>SAMSTAG</b> <b>28.09.2019</b>
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Yoga für den Rücken	19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs	19.00 – 20.30 Uhr Yoga für den Rücken	9.30 – 11.00 Uhr Aufbaukurs
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs	20.00 - 21.30 Uhr Yoga Aufbaukurs fällt aus	19.30 – 21.00 Uhr Grundkurs	19.30 – 20.45 Uhr Yoga nach Iyengar	
<b>MONTAG</b> <b>30.09.2019</b>	<b>DIENSTAG</b> <b>01.10.2019</b>	<b>MITTWOCH</b> <b>02.10.2019</b>	<b>DONNERSTAG</b> <b>03.10.2019</b>	<b>FREITAG</b> <b>04.10.2019</b>
	9.30 - 11.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	9.30 - 11.00 Uhr Aufbaukurs, sanft + Yoga für Schwangere	Feiertag	17.30 - 19.00 Uhr Trad. Hatha Yoga
17.30 - 19.00 Uhr Grundkurs	16.15 – 17.45 Uhr Poweryoga	17.30 - 19.00 Uhr Aufbaukurs		
17.30 - 19.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Poweryoga	17.30 - 19.00 Uhr Yin Yoga fällt aus		<b>SAMSTAG</b> <b>05.10.2019</b>
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs, sanft	18.00 - 19.30 Uhr Yoga für den Rücken	19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs fällt aus		9.30 – 11.00 Uhr Aufbaukurs
19.30 - 21.00 Uhr Aufbaukurs	20.00 - 21.30 Uhr Yoga Aufbaukurs	19.30 – 21.00 Uhr Grundkurs		

Freitag, 06.09.2019, von 17 – 20 Uhr Kräuter-Workshop „Heimische Beeren und Sträucher“

Freitag, 13.09.2019, von 17 – 20 Uhr Ayurvedischer Kochabend

Sonntag, 15.09.2019, von 9.30 – 11 Uhr „mit Yoga in den Herbst starten“, Gastlehrerin Lisa Liebscher

Sonntag, 15.09.2019, von 11.30 – 13 Uhr Männeryoga, Gastlehrerin Lisa Liebscher

Freitag, 20.09.2019, von 19.15 – 20.15 Uhr Geführte Klangreise



**Yoga.Raum**

Eisenbahnstr. 22, 08209 Auerbach

[www.yoga-kurs.com](http://www.yoga-kurs.com)

Telefon:

03744 21 16 83

0176 23 61 71 19