

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

Telefon:

03744 21 16 83

0176 23 61 71 19