

Montag

Yoga Basic

16:45 Uhr · 60 min
mit Regina S.

Flow Yoga

18:00 Uhr · 75 min
mit Regina S.

Men only

19:30 Uhr · 75 min
mit Regina S.

Dienstag

Yin und Yang Yoga

09:30 Uhr · 75 min
mit Paula H.

Postnatal Yoga mit Baby

14:45 Uhr · 60 min
mit Birgit H.

Prenatal-Yoga

16:00 Uhr · 60 min
mit Birgit H.

Faszien Yoga für den Rücken

17:15 Uhr · 75 min
mit Birgit H.

"Entspannungszeit"

Yoga & Soundbath
im Wechsel
20:00 Uhr · 75 min

Mittwoch

Chakra Yoga

10:00 Uhr · 75 min
mit Monika S.

im Wechsel mit:

Flying-Yoga

10:00 Uhr · 75 min
mit Regina S.

Afternoon Flow

16:00 Uhr · 75 min
mit Moni H.

Yoga für Körper, Geist & Seele

17:30 Uhr · 75 min
mit Birgit B.

Mobility Yoga

19:00 Uhr · 75 min
mit Birgit B.

im Wechsel mit:

Physioflow Yoga

19:00 Uhr · 75 min
mit Marianne S.

Donnerstag

QiGong

08:30 Uhr · 75 min
mit Lisa B.

Restorative Flying Yoga

16:00 Uhr · 75 min
mit Olga W.

Yin Yoga

17:30 Uhr · 75 min
mit Birgit B.

Rückenyoga

19:00 Uhr · 75 min
mit Bettina L.

Freitag

Hatha Flow Yoga

08:30 Uhr · 75 min
mit Steffi K.

Best Age Yoga

14:00 Uhr · 60 min
mit Birgit H.

Restorative Flying Yoga

16:00 Uhr · 75 min
mit Olga W.

Flying Yoga

17:30 Uhr · 75 min
mit Olga W.

Yoga Basic

19:00 Uhr · 60 min
Birgit Hunner

Flying-Yoga für Einsteiger

1. Freitag im Monat
17:30 Uhr · 120 min