

Stundenplan

von 20. Juli bis 26. August 2020

Montags:

- 08:30 bis 10 Uhr Ashtanga Yoga Yoga für alle (Angus)
16:30 bis 18:00 Uhr **Hammerpark** Ashtanga "The next step" (Judith)
18:30 bis 20 Uhr Ashtanga Yoga Anfänger (Angus)

Dienstags:

- 08:30 bis 10 Uhr Sivananda Yoga für alle Level
15 bis 16:15 Uhr **Hammerpark** Eltern-Baby Yoga (Judith)
17:15 bis 18:45 Uhr **Hammerpark** Sivananda Yoga Anfänger (Judith)

Mittwochs:

- 9:30 bis 11 Uhr Yoga für Schwangere (Judith)
15 bis 16 Uhr **Hammerpark** Kinder Yoga (4 bis 6 Jahre) (Judith)
22., 29. Juli und 19., 26. August (4 Einheiten)
19 bis 20:30 Uhr Ashtanga "The next step" (Angus)

Donnerstags:

- 11 bis 12:30 Uhr **Hammerpark** Yoga 60+ (Judith)
15 bis 16 Uhr **Hammerpark** Kinder Yoga (7 bis 9 Jahre) (Lucia)
16., 23., 30. Juli und 6., 13., 20. August (6 Einheiten)
18:30 bis 20 Uhr Sivananda Yoga leicht Fortgeschrittene (Judith)

Sonntag:

- 8 bis 09:30 Uhr **Viehofnersee** Yoga am Viehofnersee am Steg
(Judith & Angus)