

Wochenkursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 - 10:00 Uhr Yoga und Meditation am Morgen zum Wochenbeginn					Yogatage/Seminare/ Events	Yogatage/Seminare/ Events
10:30 - 12:00 Uhr Yoga-Einführung am Morgen KK-Kurs	10:30 - 11:30 Uhr: Golden Yoga Einführung am Morgen für Menschen ab 60 J. KK-Kurs	10:00 - 11:30 Uhr: Yoga Einführung am Morgen für Menschen mit Stress KK-Kurs	10:30 - 12:00 Uhr: Online-Yoga KK-Kurs	10:00 - individueller Einzelunterricht am Morgen		
		16:00 - 17:30 Uhr: Golden Yoga Einführung für Menschen ab 60 J. KK-Kurs	17:00 - 18:30 Uhr: Yoga Einführung am Abend für Menschen mit Stress KK-Kurs	16:00 - individueller Einzelunterricht am Abend		
	18:00 - 19:30 Uhr: Yoga Einführung Kurs am Abend KK- Kurs	18:00 - 19:30 Uhr: Zenith Yoga für Menschen mit Yogaerfahrung		18:00 Seminare/Events		
			19:00 - 20:00 Uhr: sanftes Yoga und Entspannung am Abend			
	20:00 - 21:00 Uhr: sanftes Yoga und Entspannung am Abend					