

Kursprogramm: Mai / Juni / Juli 2019

Änderungen im Kursplan vorbehalten, Aktueller Plan: www.yogawerk-radolfzell.de

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
08:15 – 09:30 Aktiver Morgen – Hatha, Atem und Flow					Specials Workshops Konzerte
10:00 – 11:15 Hatha Yoga sanft, für Senioren und Menschen mit Bewegungseinschränkungen	09:45 – 11:00 Yoga für Schwangere <u>Kurs 8 x ab 28.05.</u>	10:00 – 11:15 Hatha Yoga sanft		09:00 – 10:15 Yin und Yang	
18:00 – 19:15 Hatha Yoga sanft		18:00 – 19:15 Rückenyo			
19:30 – 20:45 Hatha Vinyasa Flow 2	19:45 – 21:00 Yin Yoga	19:45 – 21:00 Hatha Yoga Dehnung und Entspannung	19:30 – 20:45 Hatha Vinyasa Flow 1		