

Kursplan LinYoga



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:00 - 10:00			9:00 – 10:00 Pilates Faszien Fit		9:00 – 10:15 LinYoga Hatha		
10:00 - 12:00			10:05 – 11:05 LinYoga Flow Relax	10:00 – 11:00 Meditation mit Siegfried (geschlossener Kurs 8x Anmeldung über Eversports)	10:20 – 11:50 Yin Yoga		10:30 – 11:30 Qi Gong mit Tina
12:00 - 14:00					12:00 – 12:45 Klangmassage Anmeldung über Eversports		
14:00 - 16:00							
16:00 - 18:00	17:30 – 18:30 Yogilates		17:15 – 18:30 LinYoga Flow				
18:00 - 20:00	18:35 – 19:50 LinYoga Hatha	18:05 – 19:20 Vinyasa Yoga Fortgeschritten mit Jana	18:35 – 20:05 Yin Yoga	18:00 – 19:00 Pilates mit Tanja 19:05 – 20:05 Qi Gong mit Tina			
20:00 - 22:00	19:55 – 20:55 Pilates	19:25 – 20:40 LinYoga Flow Relax		20:10 – 20:55 Relax your Mind mit Tina			