

# 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				10:00 – 11:00  Meditation mit Siegfried <small>(geschlossener Kurs 8x Anmeldung über Eversports)</small>	10:20 – 11:50  Yin Yoga		10:30 – 11:30  Qi Gong mit Tina
12:00 - 14:00					12:00 – 12:45  Klangmassage <small>Anmeldung über Eversports oder nach Absprache</small>		
14:00 - 16:00							
16:00 - 18:00	17:30 – 18:30  Yogilates		17:05 – 18:20  LinYoga Flow				
18:00 - 20:00	18:35 – 19:50  LinYoga Hatha	18:05 – 19:20  Vinyasa Yoga  Fortgeschritten  mit Jana	18:25 – 19:55  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	20:00 – 21:00  Yin Yoga	20:10 – 20:55  Relax your Mind mit Tina			