

# Yoga Kurse & Workshops

Sommer 2012

# Yogakitchen

cook & bake your body

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:30-10:30 HATHA		10:00-11:00 EINSTEIGER	10:00-11:00 PRENATAL	09:30-10:45 VINYASA 1	09:00 - 10:00 RÜCKEN	
10:45-11:45 MUM & BABY	10:00-11:30 HATHA		11:15-12:15 POSTNATAL		10:30-12:00 JIVAMUKTI	11:00-12:30 JIVAMUKTI
				15:15-16:00 KIDS (6-9 J.)	ZUSÄTZLICHE EINSTEIGER	DIVERSE WORKSHOPS
	17:15-18:15 EINSTEIGER		18:30-20:00 JIVAMUKTI	16:30-17:30 GIRLS (10-14 J.)	DIVERSE WORKSHOPS	
17:15 - 18:15 RÜCKEN	18:30-20:00 VINYASA 1-2	18:15-19:15 GIRLS (15-18+ J.)	18:45-20:00 HATHA	17:45-18:45 JIVAMUKTI		
18:30-20:00 VINYASA 1	18:45-19:45 PRENATAL	19:30-21:00 VINYASA 1-2	20:15-21:45 JIVAMUKTI	19:00-20:00 EINSTEIGER		18:45-20:00 EINSTEIGER
20:15-21:45 FUSION 2	20:15-21:30 EINSTEIGER		20:30-21:45 MEN ONLY	20:15-21:45 FUSION 1-2		18:45-20:00 STRETCH & RELAX

gültig bis 30. September 2012 - Änderungen vorbehalten

- keine / geringe Vorkenntnisse erforderlich
 
 Kurs zweisprachig Deutsch/ Japanisch
  Kurs auf Japanisch
- Yoga-/ Jivamukti-Yoga Erfahrung erforderlich
  fortgeschrittene Vinyasa-/ Jivamukti-Yoga-Erfahrung erforderlich