

YOGAmoveRAUM

Stundenplan Oktober-Dezember 2018

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



08:55-10:10

YOGA Flow
Erwachsene

10:30-11:45

AERIAL Yoga
Auf Anfrage

11:55-12:40

YOGA NIDRA
Entspannung über
Mittag *auf Anfrage*

11:55-12:40

YOGA NIDRA
Entspannung über
Mittag *auf Anfrage*

Immer auf dem neusten Stand
Mit dem Stundenplan online

13:30-14:30

YOGA Bronze
Menschen ab 50

14:45-16:00

YOGA Silber
Menschen ab 50

17:00-18:15

Yoga für den **Rücken**
spinecare BGB®

17:00-18:15

YOGA Gold
Menschen ab 50

18:30-19:45

Yoga für den **Rücken**
spinecare BGB®

18:30-19:45

Faszien Yoga

18:30-19:45

Faszien Flow

18:30-19:45

AERIAL Yoga

20:00-21:15

AERIAL Yoga

Einmal pro Monat: Einführungskurse und Workshops am Samstag

Privatlektionen und Coaching auf Anfrage

Änderungen vorbehalten

Kempttalstrasse 46 | 8330 Pfäffikon ZH

Info: Zoë D. Lorek 076 576 68 15 | www.yogamove.ch