

YogaVital Kursplan Oktober - Dezember 24

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		<p>7.15 – 8.15 Uhr Early Bird Yoga mit Uschi</p> <p>10 Einheiten 16.10. bis 18.12.24 140,- €</p>		<p>10.00 - 11.30 Uhr Rückbildungs Yoga mit Nancy</p> <p>8 Einheiten 20.09. bis 15.11.24 5 Einheiten. 22.11. bis 20.12.24 8 Einh.: 136,- € / 5 Einh.: 85,- € Keine Kursstunde am 01.11.24</p>
		<p>9.30 – 11.00 Uhr Yin & Yang Yoga sanft mit Uschi</p> <p>10 Einheiten 16.10. bis 18.12.24 170,- €</p>		<p>15.15 – 16.15 Uhr Yoga für Mädchen (10 – 14 Jahre) mit Nancy</p> <p>Infos hierzu siehe www.yogavital.eu</p>
<p>18.00 - 19.30 Uhr Flow & Stretch mit Andy</p> <p>10 Einheiten 14.10. bis 16.12.24 170,- €</p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr Einsteiger Yoga mit Uschi</p> <p>6 Einheiten 11.11. bis 16.12.24 102,- €</p>	<p>18.00 – 19.30 Uhr Yin & Yang Yoga mit Uschi</p> <p>10 Einheiten 16.10. bis 18.12.24 170,- €</p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr Rücken & Yin Yoga mit Andy</p> <p>10 Einheiten 16.10. bis 18.12.24 170,- €</p>	<p>18.00 - 19.30 Uhr Komm in die Stille mit Andy</p> <p>10 Einheiten 17.10. bis 19.12.24 170,- €</p>
		<p>18.00 - 19.30 Uhr Prana & Yin Yoga mit Andy</p> <p>10 Einheiten 15.10. bis 17.12.24 170,- €</p>		<p>17.00 – 18.30 Uhr Schwangeren Yoga mit Nancy</p> <p>7 Einheiten 20.09. bis 08.11.24 5 Einheiten. 22.11. bis 20.12.24 7 Einh.: 119,- € / 5 Einh.: 85,- € Keine Kursstunde am 01.11.24</p>
<p>20.00 - 21.30 Uhr Yin Flow Yoga mit Andy</p> <p>10 Einheiten 14.10. bis 16.12.24 170,- €</p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr Yin & Yang Yoga mit Uschi</p> <p>10 Einheiten 14.10. bis 16.12.24 170,- €</p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr Rücken & Yin Yoga mit Andy</p> <p>10 Einheiten 15.10. bis 17.12.24 170,- €</p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr Einsteiger Yoga mit Uschi</p> <p>6 Einheiten 13.11. bis 18.12.24 102,- €</p>	<p>20.00 - 21.30 Uhr Flow & Stretch mit Andy</p> <p>10 Einheiten 16.10. bis 18.12.24 170,- €</p>
				<p>20.00 - 21.30 Uhr Vinyasa Yoga mit Andy</p> <p>10 Einheiten 17.10. bis 19.12.24 170,- €</p>

Farbcode der Levels:

Level 1
für Einsteiger
(Fortgeschrittene
willkommen)

Level 2
für leicht
Fortgeschrittene

Level 3
für Geübte