

YogaVital Kursplan März - Mai 2025

Montag		Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag
			7.15 – 8.15 Uhr Early Bird Yoga <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 19.03. bis 21.05.25 140,- € <i>am 02.+09.04.25 mit Nancy</i> 9.30 – 11.00 Uhr Yin & Yang Yoga sanft <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 19.03. bis 21.05.25 170,- € <i>am 02.+09.04.25 mit Andrea</i>			10.00 - 11.30 Uhr Rückbildungs Yoga <i>mit Nancy</i> 8 Einheiten 14.03. bis 09.05.25 136,- € <i>Keine Kursstunde am 18.04.25</i>
18.00 - 19.30 Uhr Flow & Stretch <i>mit Andy</i> 9 Einheiten 17.03. bis 19.05.25 153,- € <i>am 07.04. mit Judith</i> <i>Keine Kursstunde am 21.04.25</i>	SPECIAL 18.00 - 19.15 Uhr Breathwork & Soundhealing <i>mit Uschi</i> 5 Einheiten <u>Termine:</u> 24.03. / 14.04. / 28.04. / 05.05. und 19.05. 100,- €	18.00 - 19.30 Uhr Prana & Yin Yoga <i>mit Andy</i> 10 Einheiten 18.03. bis 20.05.25 170,- € <i>am 08.04. mit Andrea</i>	18.00 – 19.30 Uhr Yin & Yang Yoga <i>mit Uschi</i> 10 Einheiten 19.03. bis 21.05.25 170,- € <i>am 02.+09.04.25 mit Andrea</i>	18.00 - 19.30 Uhr Rücken & Yin Yoga <i>mit Andy</i> 10 Einheiten 19.03. bis 21.05.25 170,- € <i>am 02.+09.04.25 mit Nancy</i>	18.00 - 19.30 Uhr Komm in die Stille <i>mit Andy</i> 9 Einheiten 20.03. bis 22.05.25 153,- € <i>am 03.04. mit Nancy</i> <i>Keine Kursstunde am 01.05.25</i>	17.00 – 18.30 Uhr Schwangeren Yoga <i>mit Nancy</i> 8 Einheiten 14.03. bis 09.05.25 136,- € <i>Keine Kursstunde am 18.04.25</i>
20.00 - 21.30 Uhr Yin Flow Yoga <i>mit Andy</i> 9 Einheiten 17.03. bis 19.05.25 153,- € <i>am 07.04. mit Judith</i> <i>Keine Kursstunde am 21.04.25</i>	20.00 - 21.30 Uhr Yin & Yang Yoga <i>mit Uschi</i> 9 Einheiten 17.03. bis 19.05.25 153,- € <i>am 07.04. mit Andrea</i> <i>Keine Kursstunde am 21.04.25</i>	20.00 - 21.30 Uhr Rücken & Yin Yoga <i>mit Andy</i> 10 Einheiten 18.03. bis 20.05.25 170,- € <i>am 08.04. mit Nancy</i>	20.00 - 21.30 Uhr Yoga Basics <i>mit Uschi</i> 8 Einheiten 19.03. bis 21.05.25 136,- € <i>Keine Kursstunde am 02.+09.04.25</i>	20.00 - 21.30 Uhr Flow & Stretch <i>mit Andy</i> 10 Einheiten 19.03. bis 21.05.25 170,- € <i>am 02.+09.04.25 mit Andrea</i>	20.00 - 21.30 Uhr Vinyasa Yoga <i>mit Andy</i> 9 Einheiten 20.03. bis 22.05.25 153,- € <i>am 03.04. mit Judith</i> <i>Keine Kursstunde am 01.05.25</i>	

Farbcode der Levels:

Level 1
für Einsteiger
(Fortgeschrittene willkommen)

Level 2
für leicht Fortgeschrittene

Level 3
für Geübte