

RELAXZONE KURSPLAN

Ab 27. Januar 2020



RELAXZONE
RAUM FÜR BALANCE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.15 - 9.45 Hatha Yoga	9.00 - 10.00 Yoga für Alle	08.15- 09.45 Sanftes Yoga		8.30 - 10.00 Hatha Yoga
		10.00 – 11.15 Babybauch Yoga		
18.15 - 19.30 Vinyasa Flow Hatha Yoga ab Mitte März	18.00 - 19.15 Babybauch Yoga	18.30 – 20.00 Kundalini Yoga	18.00 - 19.15 Yoga Einsteiger	18.00 - 19.00 Glücklicher Rücken
				17.30 - 19.00 Ashtanga Yoga
19.45 – 20.45 Stretch & Relax	19.30 - 21.00 Hatha Yoga	20.15 – 21.15 Yin Yoga/ Tiefenentspannung	19.15 - 20.45 Hatha Yoga	

YOGA ANFÄNGER
Immer zum Monatsanfang, 4 Termine von 18.00-19.15
FEB: 06.02. / 13.02./ 20.02. / 27.02.
MÄRZ: 03.03. / 10.03. / 17.03. /24.03.

EVENTS

Balance-Abend
FR | 6.März: Yoga Nidra
Entspannung

FR | 10.April

Detox Day
So, 9.Februar

Kirtan-/Mantraabend
FR | 8.Mai

Yoga- Einsteigerkurse
März: DI | 18 Uhr
April: DO | 18 Uhr

Nadine Bühler
Sonnenbergstr. 15
77815 Bühl

015150300999
info@relax-zone.de