

RELAXZONE KURSPLAN

Ab 1.Juni 2020



RELAXZONE
RAUM FÜR BALANCE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.15 - 9.45 Hatha Yoga Im Wechsel Nadine und Nicole	9.00 - 10.00 Hatha Yoga	08.15- 09.45 Sanftes Yoga für Alle		8.30 - 9.30 Hatha Yoga
18.15 - 19.30 Sivananda Yoga	18.00 - 19.15 Babybauch Yoga	18.30 – 20.00 Kundalini Yoga	18.00 - 19.00 Glücklicher Rücken	18.00 – 21.00 Events / Specials
19.45-21.00 Yoga Einsteiger	19.30 - 21.00 Hatha Yoga	20.15 – 21.15 Yin Yoga/ Tiefenentspannung	19.15 20.45 Yoga im Freien Im Wechsel Nadine/Nicole	Siehe Veranstaltungs- kalender

YOGA IM FREIEN | DONNERSTAG ABENDS

Eins-Sein mit der Natur - Mehr Raum zum Atmen.

Ab Do 18.Juni findet jeden Donnerstag das Hatha Yoga auf dem Yoga-Außenplatz statt.
Bitte eigene Matte und Kissen mitbringen.

Der Einstieg in die Kurse ist jederzeit möglich.
Selbst wenn du nur ab und zu oder einmalig teilnehmen möchtest – Wir freuen uns über jeden der mit uns ist.

Für Einsteiger haben wir monatliche Yoga-Einsteigerkurse.

EVENTS

Vollmond-Yoga

DO | 4.6. | 19.15
MO | 3.8. | 19.00
MI | 2.9. | 20.15

Yoga im Feuelement

DI | 16.6. | 19.30
DI | 7.7. | 19.30
DI | 11.8. | 19.30
DI | 8.9 | 19.30

Yoga- Einsteigerkurse

Juni: MO | 19.45 Uhr
Juli: MO | 19.45 Uhr

Yoga Nidra

FR | 19.6. | 19.30
FR | 25.9. | 19.30

Diese Events sind über die Punktekarte oder Mitgliedschaft buchbar. Weitere Veranstaltungen siehe Veranstaltungskalender.

Nadine Bühler
Sonnenbergstr. 15
77815 Bühl

015150300999
info@relax-zone.de