

am-YOGA .ch

Montag	* 12:15 – 13:15	Yoga
	18:00 – 19:00	Yoga & Schwanger
	* 19:05 – 20:20	Yoga
	* 20:30 – 21:45	Yoga
Dienstag	* 09:00 – 10:00	Ganzkörpertraining
	* 17:50 – 19:05	Yoga
Mittwoch	18.00 – 19:00	Yoga & Schwanger
	* 19:15 – 20:25	Yoga für Einsteigende
	* 20:30 – 21:45	Yoga ab 1. Sept
Donnerstag	* 18.05 – 19:20	Yoga ab 1. Sept
Freitag	17:30 – 19:00	Achtsamkeit Atem Energiearbeit Meditation 30.10/4.12./18.12.

Workshop	12:15 – 16:15	5 Tibeter	Sa 14.11.
	12:15 – 16:15	Yoga & Tanz	Sa 21.11.
	12:15 – 16:15	Advent-Yoga	So 20.12.

* Lektionen in denen vor- oder nachgeholt werden kann