

Stundenplan

gültig nach Sommerferien bis Ende Herbstferien



Offene Hatha-Yoga-Stunden ohne Voranmeldung belegbar			Kurse Anmeldung erforderlich		
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
Vormittag/Nachmittag					
Hatha-Yoga 9.15-10.45 Kathrin	7 Wo. Kurs ab 13.8. Faszientraining 8.30-10.00 Anja Windt	Hatha-Yoga 9.15-10.45 Vishnuprema	Hatha-Yoga 9.15-10.45 Anja Bellet	7 Wo. Kurs ab 16.8. Pilates & Yoga 8.30-10.00 Anja Windt	
10 Wo. Kurs ab 12.8. Yoga mit dem Stuhl 14.00-15.00 Veronika K	11 Wo. Kurs ab 30.7. Yoga für Schwangere Pre-Natal 10.30-12.00 Lena		10 Wo. Kurs ab 8.8. Yoga mit dem Stuhl 14.00-15.00 Markus	7 Wo. Kurs ab 16.8. Hatha-Yoga 10.30-12.00 Anja Windt	
10 Wo. Kurs ab 26.8. Yoga 60plus 15.15-16.45 Veronika K	11 Wo. Kurs ab 30.7. Yoga mit oder ohne Baby Post-Natal 12.30-13.30 Lena	8 Wo. Kurs ab 21.8. Yoga nach der Arbeit 17.00-18.15 Isabell	10 Wo. Kurs ab 1.8. Yoga 60plus 15.15-16.45 Ursula K		
Abend					
Hatha-Yoga & Faszien 18.00-19.30 Anja Windt	11 Wo. Kurs ab 30.7. Ashtanga Flow 18.00-19.30 Anfänger bis Mittelstufe Niklas	Hatha-Yoga mit Meditation 18.30-20.15 Anja Bellet	10 Wo. Kurs ab 15.8. Hatha Yoga Anfänger+Wiedereinsteiger 18.30-20.00 Ursula K	10 Wo. Kurs ab 9.8. Hatha Yoga 18.00-19.30 Vishnuprema	WORKSHOPS siehe Aushang oder Homepage
Hatha-Yoga 20.00-21.30 Ursula (gerade KW) Andrea (ung. KW)	11 Wo. Kurs ab 30.7. Chakra Flow 20.00-21.30 auch für Anfänger geeignet Lena	11 Wo. Kurs ab 31.7. Hatha intensiv 20.30-22.00 Lena	10 Wo. Kurs ab 1.8. Ashtanga Flow Anfänger bis Mittelstufe 20.30-22.00 Niklas	WORKSHOPS siehe Aushang oder Homepage	
Namasté Yogaschule Seligenstadt e.V.		Fontanesstr. 12	63500 Seligenstadt	T: 0176 9963 0643 E: info@namaste-yogaschule-seligenstadt.de	
<p>INFO: für unsere Abonnenten ist die Teilnahme an den Kursen kostenfrei. Ein Einstieg in laufende Kurse ist jederzeit möglich. Bitte ruf uns an, ob Restplätze vorhanden sind. K = von der Krankenkasse bezuschusste Kurse</p>					

Unsere Yogaschule wird 15 Minuten vor Beginn der Yogastunde geöffnet. Komm bitte ca. 10 Minuten vor der Kurseinheit.
Einlass nach Beginn der Stunden ist nicht mehr möglich – wir schließen die Eingangstür zum Beginn der Yogastunde ab.