

Stundenplan

gültig November und Dezember



Präsenz Stunden Anmeldung erforderlich			Online Stunden Anmeldung erforderlich		
Mo	Di	Mi	Do	Fr	So
Hatha Yoga 9.15-10.30 Andrea	Yoga Rückbildung Post-Natal (+/- Baby) 10.30-11.45 Lena	Yoga am Morgen 7.30-8.45 Andrea			Yoga: mit Freude und Leichtigkeit in Deinen Sonntag 10.30-12.00 Isabell
	Yoga für Schwangere Pre-Natal 17.00-18:30 Lena				
	Vinyasa Flow 18.45-20.15 Lena	Yoga nach der Arbeit 17.00-18.30 Isabell	Vinyasa Flow 18.30-19.45 Niklas		Yoga am Sonntag 18.15-19.45 Melanie
Hatha Yoga Flow 19.00-20.15 Andrea	Yin Yoga 20.15-21.30 Melanie		Yin Yoga 20.15-21.30 Niklas	WORKSHOPS siehe Aushang oder Homepage	
Namasté Yogaschule Seligenstadt e.V.			Fontanestr. 12	63500 Seligenstadt	T: 0176 9963 0643 E: info@namaste-yogaschule-seligenstadt.de
INFO: Eine Anmeldung zu den einzelnen Stunden ist zwingend erforderlich (auch für Abonnenten) wegen 8 Personengrenze (per WhatsApp oder Email). Bitte ruf uns an oder sprich mit der Lehrerin. Momentan bieten wir nur offene Stunden an, die als Abonnent, mit 10er Karte sowie als einzelne Stunden gebucht werden können. Die Online Stunden finden mit „Zoom“ statt ohne Beschränkung der Teilnehmerzahl.					