

**Stundenplan**  
gültig Januar



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