

Stundenplan

gültig nach Osterferien bis Mitte Sommerferien



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	8 Wo. Kurs ab 7.5. Faszientraining 8.30-10.00 Anja Windt	Hatha-Yoga 9.15-10.45 Vishnuprema	Hatha-Yoga 9.15-10.45 Anja Bellet	6 Wo. Kurs ab 10.5. Pilates & Yoga 8.30-10.00 Anja Windt	
10 Wo. Kurs ab 29.4. Yoga mit dem Stuhl 14.00-15.00 Veronika K	11 Wo. Kurs ab 30.4. Yoga für Schwangere Pre-Natal 10.30-12.00 Lena		10 Wo. Kurs ab 4.4. Yoga mit dem Stuhl 14.00-15.00 Markus	6 Wo. Kurs ab 10.5. Hatha-Yoga 10.30-12.00 Anja Windt	
10 Wo. Kurs ab 29.4. Yoga 60plus 15.15-16.45 Veronika K	11 Wo. Kurs ab 30.4. Yoga mit oder ohne Bab Post-Natal 12.30-13.30 Lena	10 Wo. Kurs ab 8.5. Yoga nach der Arbeit 17.00-18.15 Isabell	9 Wo. Kurs ab 2.5. Yoga 60plus 15.15-16.45 Veronika K		
A b e n d					
Hatha-Yoga & Faszien 18.00-19.30 Anja Windt	11 Wo. Kurs ab 30.4. Ashtanga Flow 18.00-19.30 Anfänger bis Mittelstufe Niklas	Hatha-Yoga mit Meditation 18.30-20.15 Anja Bellet	8 Wo. Kurs ab 2.5. Hatha Yoga Anfänger+Wiedereinsteige 18.30-20.00 Ursula K	9 Wo. Kurs ab 10.5. Hatha Yoga 18.00-19.30 Vishnuprema	WORKSHOPS siehe Aushang oder Homepage
Hatha-Yoga 20.00-21.30 Ursula	11 Wo. Kurs ab 30.4. Intensiv im Flow 20.15-21.45 Lena	10 Wo. Kurs ab 8.5. Hatha mittlere Stufe 20.30-22.00 Lena	9 Wo. Kurs ab 2.5. 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	
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					

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.