

Der aktuelle Kursplan

Montag

17.45 - 18.45 Uhr	Hatha-Yoga Anfänger	Britzer Garten (bei Regen: kein Unterricht)	Manuela
19.00 - 20.30 Uhr	Hatha-Yoga Geübte	Britzer Garten (bei Regen: Zoom)	Manuela

Dienstag

18.00 - 19.30 Uhr	Hatha-Yoga Prävention	Online-Zoom	Manuela
-------------------	-----------------------	-------------	---------

Mittwoch

10.00 - 11.30 Uhr	Yoga sanft	Sportschule L.Nest	Manuela
18.15 - 19.45 Uhr	Hatha-Yoga für Geübte	Online-Zoom	Manuela

Donnerstag

18.00 - 19.30 Uhr	Mondyoga	Online-Zoom	Manuela
-------------------	----------	-------------	---------

Freitag

10.00 - 11.30 Uhr	Rücken yoga	Online-Zoom	Manuela
-------------------	-------------	-------------	---------

Für die Indoor -und Onlinekurse bitte verbindlich anmelden.
Bitte beachte das Hygienekonzept (<https://www.yoganey.de/aktuelles.html>)