

# Der aktuelle Kursplan

## Montag

17.45 - 19.15 Uhr	Hatha-Yoga Prävention	Yogaschule	Manuela
19.30 - 21.00 Uhr	Hatha-Yoga für Geübte	Online-Zoom	Manuela

## Dienstag

17.30 - 19.00 Uhr	Rücken yoga	Yogaschule	Sandro
18.00 - 19.30 Uhr	Hatha-Yoga Rücken	Online-Zoom	Manuela

## Mittwoch

10.00 - 11.30 Uhr	Yoga sanft	Yogaschule	Manuela
18.15 - 19.45 Uhr	Hatha-Yoga für Geübte/Mittelstufe	Online-Zoom	Manuela

## Donnerstag

18.00 - 19.30 Uhr	Hatha-Yoga/Mondyoga	Online-Zoom	Manuela
19.30 - 21.00 Uhr	Hatha-Yoga	Yogaschule	Jutta

## Freitag

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

Die Kurse können nur mit Voranmeldung besucht werden.  
Bitte beachte das Hygienekonzept (<https://www.yoganey.de/aktuelles.html>)