NEUER HERBSTKURSPLAN gültig ab Mo.30.Aug.

Private Yoga INSTITUTE

Uhrzeit	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG	
	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum2
7 Uhr	6.15 - 9.15 Ashtanga Mysore** (alle Stufen) indiv. Anfangszeit zw.6.15 - 8.00 *Gibran*		6.15 - 9.15 Ashtanga Mysore** (alle Stufen) indiv. Anfangszeit zw.6.15 - 8.00 *Gibran*		6.15 - 9.15 Ashtanga Mysore** (alle Stufen) indiv. Anfangszeit zw.6.15 - 8.00 *Gibran*		6.15 - 9.15 Ashtanga Mysore** (alle Stufen) indiv. Anfangszeit zw.6.15 - 8.00 *Gibran*		6.15 - 9.15 Ashtanga Mysore** (alle Stufen) indiv. Anfangszeit zw.6.15 - 8.00 *Gibran*					**selbständige Praxis unter Anleitung des Lehrers;
8 Uhr													8.00 - 11.00 Ashtanga Mysore (alle Stufen) indiv. Anfangszeit zw.8.00 - 9.30 *Gibran*	
9 Uhr	9.30 - 11.00 Vinyasa Yoga (Anfänger) *Elena*	9.30 - 10.30 Yoga für Schwangere *Denise*	9.30 - 11.00 Vinyasa Yoga (Mittelstufe) *Jutta*		9.30 - 11.00 Vinyasa Yoga (Fortgeschr.) *Elena*		9.30 - 11.00 Vinyasa Yoga (Anf./Mittelst.) *Jutta*		9.30 - 11.00 Vinyasa Yoga (Mittelstufe) *Nina*		9.00 - 10.30 Introduction to Ashtanga (Anfänger) 5 Wo.-Kurse* *Gibran*		11.00 - 12.30 Vinyasa Yoga (Anf./Mittelstufe) *Angela*	
10 Uhr		10.40 - 11.40 Rückbildungs-yoga *Denise*		10.00 - 11.00 Mama & Baby *Jillian*		10.00 - 11.30 Yoga 50+ 10 Wo.Kurse* *Veronika* *11.Aug.-20.Okt. und 27.Okt-15.Dez mit Anmeldung		10.30 - 11.30 Babymassage 5 Wo.Kurs* *Christina* *9.Sept. - 7.Okt. mit Anmeldung				*11.Sept.+23.Okt (in English) mit Anmeldung	12.45 - 14.15 Vinyasa Yoga (Fortgeschr.) *Nina*	
11 Uhr					ab 29.Sept. 12.15 - 13.15 Pilates *Judith*						10.30 - 12.00 Vinyasa Yoga (Mittelstufe) *Elena*			
12 Uhr											12.00 - 13.30 Jivamukti Yoga (alle Stufen) *Angelika*			
13 Uhr											13.30 - 15.00 Hatha Flow (alle Stufen) *Caprice*			
14 Uhr													14.30 - 16.00 Ashtanga Led class (Anf./Mittelstufe) *Angela*	
15 Uhr	Kinderballet		Kinderballet		Kinderballet		Kinderballet		Kinderballet	15.00 - 17.00 "Fly with me"-Yoga Übungsgruppe (im Stil von Acro Yoga) *Denise*	15.00 - 17.00 Ashtanga Led class (Fortgeschr.) *Gibran*			
16 Uhr				16.30-17.30 Teenie-Yoga (ab13J) *Nina*				ab 30.Sept. 12Wo-Kurs 16.30 - 17.30 Yoga für Kinder (7-10J) *Judith*						
17 Uhr						17.00 - 18.00 Yoga für Mädchen(10-14J.) *Janka*								
18 Uhr	Geschlossener Kurs	18.30 - 20.00 Ashtanga Led class (Anf./Mittelst.) *Alex*	18.30 - 20.00 Vinyasa Yoga (Fortgeschr.) *Elena*	neue Uhrzeit ! 18.30 - 19.45 Hatha Flow (Anfänger) *Sammy*	Geschlossener Kurs	18.15 - 19.45 Vinyasa (Anfänger) *Sammy*	18.00 - 19.30 Ashtanga Led class (Mittelstufe) *Gibran*	18.15 - 19.45 Hatha Flow (Anfänger) *Elena*	Ballett für Erwachsene	18.15 - 19.45 Basic Ashtanga (Anfänger) *Sammy*				
19 Uhr							19.30 - 21.00 Vinyasa Yoga (Mittelstufe) *Jillian*							
20 Uhr	Geschlossener Kurs	Teacher Training 2010 *Jutta*	20.00 - 21.30 Vinyasa Yoga (Anf./Mittelst.) *Jillian*	20.00 - 21.30 Basic Ashtanga (Anfänger) *Angela*	Geschlossener Kurs	20.00 - 21.30 Grundlagen Hatha Yoga (Anfänger) *Simon*		20.00 - 21.30 Hatha Yoga (alle Stufen) *Julia*						
21 Uhr														
22 Uhr		*nächstes TT ab Feb. 2011*												