

# Yogastern Studio Kursplan



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>Sunrise Vinyasa</b> 09:00-10:15 Uhr		<b>Good morning Flow</b> 09:00-10:00 Uhr		<b>Vinyasa Flow</b> 09:30-10:30 Uhr
				<b>WOCHENENDE</b>
				<b>verschiedene Workshops</b> (Familienyoga, Cacao-Zeremonie, Breathwork...)
<b>Vinyasa Flow</b> 18:00-19:00	<b>Hatha Yoga*</b> 18:00-19:00 Uhr	<b>MamaFit Yoga*</b> 18:00-19:00 Uhr (ab 28.8.)	<b>Rücken &amp; Relax* (online oder Studio)</b> 18:30-19:30 Uhr	<b>Yogalehrer Aus- &amp; Weiterbildungen</b>
<b>Yin Yoga*</b> 19:30-20:30 Uhr	<b>Yoga für Schwangere*</b> 19:30-20:30 Uhr	<b>Hatha Yoga*</b> 19:30-20:45 Uhr	<b>Yin Yoga*</b> 20:00-21:00 Uhr	* Krankenkassen-zertifizierte Kurse

Alle Kurse finden im neuen **Yogastern Studio** in der Friedrichstraße 47, 65185 Wiesbaden, statt.