

Yogastern Studio Kursplan



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

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

Yogastern | Stefanie Weyrauch | www.yogastern.de