

Kursplan ab Januar 2019

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Rinkerode

8.30 Uhr
Pranayama

9.00 Uhr
Mysore
Style



Rinkerode

18.30 Uhr
Pranayama

19.00 Uhr
Mysore Style /
geführte Klasse
im Wechsel

Rinkerode

18.00 Uhr
Ashtanga Yoga
Einsteiger
ab 28.01.2019
10 x

Rinkerode

19.30 Uhr
Rücken yoga
ab 08.01.2019
10 x

Drensteinfurt

19.00 Uhr
Rücken yoga
ab 09.01.2019
10 x

