

Trainingsplan Yoga Oederlin und Badhaus

Ab April 2023, Änderungen vorbehalten. Kurzfristige Änderungen unter www.do-bewegt.ch/de/yoga/kalender

Kursangebot		
Sanftes Yoga	Mittel- & Kräftiges Yoga	Yoga rund um Schwangerschaft
Laufende Kurse Einstieg möglich	Laufende Kurse Einstieg möglich	Momentan keine Kurse

Einstieg in laufende Kurse auf Anfrage möglich, sofern die Voraussetzungen erfüllt und Plätze verfügbar sind.
Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

	Montag Oederlin	Dienstag Oederlin	Mittwoch Windisch	Donnerstag Oederlin	Freitag Oederlin	Samstag Oederlin
6.45						
07.00 07.15 07.30 07.45					Yoga Nora	
08.00 08.15 08.30 08.45						
09.00 09.15 09.30 09.45					Yoga Sanft Nora	
10.00 10.15 10.30 10.45						Yoga Sanft Stephanie
11.00 11.15 11.30 11.45						Yoga Stephanie
12.00 12.15 12.30 12.45						
13.00 13.15 13.30 13.45						
14.00 14.15 14.30 14.45				Yoga Sanft Nora		
15.00 15.15 15.30 15.45						
16.00 16.15 16.30 16.45						
17.00 17.15 17.30 17.45						
18.00 18.15 18.30 18.45						
19.00 19.15 19.30 19.45 20.00			Yoga Badhaus 1 Nora	Yoga Franziska		
20.15 20.30 20.45 21.00 21.15		Yoga Stephanie	Yoga Badhaus 2 Nora			