

YOGA Institut Linz

Kurse – Zeiten

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8:30 bis 9:30 Uhr Yoga und Mantra Alexandra		8:30 bis 9:30 Uhr Yoga der Energie Heidi	9:00 bis 10:00 Uhr Yoga zur Aktivierung Miriam		Aktuelle Termine auf unserer Website unter „ Spezialkurse “
10:30 bis 11:45 Uhr Ma/Babymassage-Yoga Sibylle	10:00 -11:15 Uhr Yoga für Schwangere Heidi	10:00 -11:15 Uhr Yoga für den Rücken Heidi	10:30 bis 11:30 Uhr Ma/Ba-Yoga Rückbild. 1 Miriam	10:30 bis 11:30 Uhr Ma/Ba-Yoga Rückbild. 2 Miriam	
12:00 bis 13:00 Uhr Mama/Baby-Yoga Sibylle			14:00 bis 15:15 Uhr Yoga 50+ Marianne	13:00 bis 14:00 Uhr Yoga Miriam	
17:00 bis 18:00 Uhr Yoga Martha	17:15 bis 18:15 Uhr Yoga Sibylle		17:00 -18:00 Uhr Yoga für Schwangere Barbara		Sonntag
18:30 bis 19:30 Uhr Yoga & Einzelunterricht Ursula		18:15 bis 19:30 Uhr Yoga für Schwangere Heidi	18:30 -19:30 Uhr Yoga für Schwangere Barbara	19:00 bis 20:00 Uhr Partner-Yoga Sibylle	Aktuelle Termine auf unserer Website unter „ Spezialkurse “
19:45 bis 20:45 Uhr Meditation Caroline	20:15 bis 21:15 Uhr Yoga und Mantra Alexandra	20:00 bis 21:00 Uhr Yoga und Meditation Caroline	20:15 bis 21:15 Uhr Yoga am Abend Alexandra		