# Kursplan

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **MONTAG** | **diensTAG** | **mittwoch** | **donnerstag** | **freitag** | **samstAG** | **sonnTAG** |
| **Anfänger**09.00 -10.30 Uhr | **Yoga Sanft**10.00 - 11.30 Uhr | **Anfänger/ Mittelstufe**09.30 -11.00 Uhr | **Anfänger**10.00 -11.30 Uhr |  | **Pranayama**10.00 -11.15 Uhr**Jeden 1. / 3. Samstag im Monat**  | **Iyengar Yoga Workshops** 10.00 - 13.00 Uhr |
| **Anfänger** 17.15 - 18.30 Uhr |  |  | **Yoga Therapie**17.15 - 18.30 Uhr |  |  |  |
| **Mittelstufe und Fortgeschritten**19.00 - 20.30 Uhr |  | **Fortgeschritten**19.00 - 21.00 Uhr | **Anfänger und Mittelstufe**19.00 - 20.15 Uhr | **Anfänger**19.00 - 20.15 Uhr |  |  |