



# Neuer Kursplan ab Montag, den 15.01.2018

Die Kursbeschreibungen findest Du ab dem 08.01.2018 auf <http://www.myshanti-yoga.de>.

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

18:30 - 20:00h  
Hatha Balance

Timo

18:30 - 20:00h  
Roll & Release

Sabrina

18:30 - 20:00h  
Hatha Balance

Isabel

18:30 - 20:00h  
Hatha Learning

Jochen

18:00 - 19:15h  
Hatha De-Stress

Tanja

19:00 - 20:30h  
Slow Flow &  
Deep Stretch  
Janine

19:00 - 20:30h  
Intensive Flow

Janine

19:00 - 20:30h  
Slow Flow &  
Deep Stretch  
Katja L.

19:00 - 20:30h  
Intensive Flow

Isabel

18:30 - 19:45h  
Intensive Flow

Janine

10:00 h - 11:00h  
Pränatal Yoga  
(geschlossener Kurs mit  
gesonderter Anmeldung)  
Hai

10:30 - 12:00h  
Hatha Balance

Isabel

10:30 - 12:00h  
Jivamukti

Jochen

17:30 - 19:00h  
Roll & Release

Heike