

GRUPPENKURSE

Alle schwarzgedruckten Kurse können mit dem Aranya Abo gebucht werden. Für die grau gekennzeichneten Kurse melde Dich direkt bei der Kursleitung.

D/E = Die Klassen finden bei Bedarf auch auf Englisch statt. The lessons are also taught in English if required. **E** = The lesson is taught in English

* = Die Klassen finden nur in den Wintermonaten statt

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
		08:45 – 09:30 Functional Training* mit Jana		09:00 – 10:15 Pilates & Yoga (D/E) mit Jana		10:00 – 11:15 Mindful Flow & Meditation (E) mit Maya
10:00 – 11:15 Sanftes Yoga mit Jana	09:30 – 10:45 Schwangerschafts – Yoga mit Annina	10:00 – 11:15 Sanftes Yoga mit Jana			11:00 – 12:30 Amorphous Yoga (E) mit Maja	
12:05 – 13:00 Pilates mit Jana	12:00 – 13:00 Spiritual Warrior (E) mit Renata		12:00 – 13:00 Yin & Klang (D/E) mit Jana			
						17:30 – 18:45 Hatha Klang Flow mit Jasmin
16:30 – 17:30 Yin Yoga mit Jana		17:30 – 18:30 Pilates (D/E) mit Jana				
18:00 – 19:15 Hatha Yoga mit Jana	18:30 – 19:45 Yin Yoga (D/E) mit Andrea	18:45 – 20:15 Taj Ji mit Chris	18:00 – 19:15 Yang into Yin Yoga (D/E) mit Josefine			
	20:00 – 21:30 Wing Chun mit Tactile Flow	20:15 – 21:45 Wing Chun mit Tactile Flow				