

KURSPLAN

ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTA G	FREITAG
07:15 - 08:15	Yoga Sonnengruß	Hardcore Pilates		Hardcore Pilates	
12:15-13:15	Achtsamkeit / Meditation ('45)			Achtsamkeit / Meditation ('45)	Vinyasa Yoga
18:15-19:15			Vinyasa Yoga		
20:15-21:00	Ekstatischer Tanz	Kirtan / Mantra Singen	Expressiver Ladystyle Tanz		