

Neu ab Januar 2012

JYOTI - Stundenplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:30-11:00 Morgenyoga Anusara Yoga® Alle Level Veronika		09:30-11:00 Morgenyoga Anusara-Inspired™ Alle Level Anna		09.00 - 10.00 Pilates * Open Class Annette	10:30-12:00 Beginner/Basic Anusara Yoga® Level 1-2 Veronika	10:30-12:00 Basic Anusara-Inspired™ Level 2 Clemens
	12:30-13:45 Mittagsyoga Anusara Yoga® Alle Level Pam/Veronika	13:00-14:00 Pilates * Open Class Annette		10:30-12:00 Morgenyoga Alle Level Madhavi	12:30-14:00 Anusara-Flow Anusara Yoga® Level 2-3 Veronika	12:30-14:00 Beginner Anusara-Inspired™ Level 1 Clemens
		16:00-17:00 Pilates * 60+ Annette	16:00-17:15 Yoga 60+ * Bitte anmelden! Anusara-Inspired™ Level 1 Pam			15:00 - 17:30 Workshopzeit
18:30-19:50 Basic Anusara Yoga® Level 2 Veronika	18:30-19:50 Beginner Anusara Yoga® Level 1 Veronika	18:00-19:00 Pilates * Beginner Annette	18:30-19:50 Basic Anusara-Inspired™ Level 2 Pam	18:00-19:15 absol. Beginner Level 1 Nina		18:30-20:00 Yoga Flow Level 2-3 Daniel
		19:15-20:15 Pilates * Intermediate Annette		19:30-20:45 Basic (Flow) Anusara-Inspired™ Level 2 Clemens		
20:15-21:45 Yoga f. Stressgeplagte Level 1-2 Madhavi	20:15-21:45 Intermediate Anusara Yoga® Level 3 Veronika	20:30-21:30 Pilates * Basic Annette	20:15-21:30 Beginner Anusara-Inspired™ Level 1 Anna			

Für die regulären Yogastunden ist **keine Anmeldung erforderlich. Nur für:**

* **Pilates** - Bitte anmelden bei Annette unter 0179 120 21 61 oder info@annetteprahm.de

* **Yoga 60 +** - Bitte anmelden bei Pam unter 0171 858 57 32 oder info@personal-pam.com