

LOKAHI LOFT Yoga - Kursplan gültig vom 07.11.2011 bis 31.03.2012

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittags (bis 12:00 Uhr)						
09:30 - 10:45 R3		11:00 - 11:15 R3	09:00 - 09:55 R3	11:10 - 12:30 R3		
Vinyasa Flow Yoga I-II mit Jessi		Pranayama mit Jost	Well Fit Yoga mit Marc	Hatha Flow I-II mit Nikola		
		11:15 - 12:30 R3				
		Adidas Yoga mit Jost				
Nachmittags (12:00 - 18:00 Uhr)						
17:00 - 18:30 R3			17:30 - 19:00 R3	17:30 - 19:00 R3	13:30 - 14:45 R3	13:00 - 14:30 R3
Hatha Yoga mit Saifohn			Hatha Yoga mit Boris	Hatha Flow I-II mit Louiza	Vinyasa Flow Yoga I-II mit Sabine	Power Vinyasa Flow III mit Jörg
Abends (ab 18:00 Uhr)						
18:55 - 20:10 R3	18:00 - 19:00 R3	19:30 - 21:00 R3	20:05 - 21:20 R3	20:15 - 21:30 R3		
Power VinyasaFlow Yoga II mit Jörg	Yoga Easy I mit Jost	Ashtanga Yoga III mit Jost	Flow-Yoga mit Jessi	Yin-Yoga mit Bettina		
	20:05 - 21:20 R3					
	Flow-Yoga mit Jörg					