



## Kursplan

[www.yogaschule-werder.de](http://www.yogaschule-werder.de)

montag	lehrer	stil
09.00h - 10.30h	annette	hatha yoga - anusara™elements
18.00h - 19.30h	eva	sanfter hatha yoga
20.00h - 21.30h	eva	sanfter hatha yoga
dienstag		
08.30h - 10.00h	eva	sanfter hatha yoga
10.30h - 12.00h	eva	hatha yoga im alter
18.00h - 19.30h	gunda	hatha Yoga - kraftvoll, leicht + entspannend
20.00h - 21.30h	gunda	hatha Yoga - kraftvoll, leicht + entspannend
mittwoch		
09.00h - 10.30h	angelika	rücken yoga
11.00h - 12.30h	angelika	yoga für Schwangere
18.00h - 19.30h	annette	hatha yoga - anusara™elements
20.00h - 21.30h	annette	hatha yoga - anusara™elements
donnerstag		
09.00h - 10.30h	annette	hatha yoga - anusara™elements
16.00h - 17.30h	gunda	yoga im alter
18.00h - 19.30h	annette	hatha yoga - anusara™elements
20.00h - 21.30h	annette	hatha yoga - anusara™elements
freitag		
08.30h - 10.00h	gunda	hatha yoga - kraftvoll, leicht + entspannend
10.30h - 12.00h	gunda	hatha yoga - kraftvoll, leicht + entspannend
ab 12.30h	annette	yoga als therapie - einzelstunde (auch andere Termine möglich)
Samstag/Sonntag		
wechselnde Workshops		