

MONTAG

Pränatal Yoga für Schwangere

🕒 9:00 - 10:00
📊 alle Level

Postnatal Yoga

🕒 10:30 - 11:30
📊 alle Level

Vinyasa Flow Yoga

🕒 17:00 - 18:30
📊 Level 1&2

Rückenfokus

🕒 19:00 - 20:00
📊 alle Level

DIENSTAG

After Work Yoga

🕒 17:00 - 18:00
📊 alle Level

Pränatal Yoga Kurs für Schwangere

🕒 19:00 - 20:30
📊 alle Level

MITTWOCH

Morning Flow

🕒 09:00 - 10:15
📊 alle Level

Lunch Break Yoga

🕒 12:00 - 13:00
📊 alle Level

Yoga Basic

🕒 17:00 - 18:30
📊 Basic / Level 1

Vinyasa Flow Yoga

🕒 19:00 - 20:15
📊 alle Level

DONNERSTAG

Vinyasa Flow Yoga

🕒 17:00 - 18:15
📊 Level 1&2

Restorative Yoga

🕒 18:30 - 19:45
📊 alle Level

FREITAG

Morning Flow

🕒 09:00 - 10:00
📊 alle Level

Lunch Break Yoga

🕒 12:00 - 13:00
📊 alle Level



KURSINFO

BASIC

Die Klasse für Anfänger und (Wieder-) Einsteiger.
In einem leicht zu folgendem Tempo werden alle Grundlagen des Yoga erlernt.

RÜCKEN

Yoga mit Rückenfokus, nicht nur für Übende mit Rückenbeschwerden.

RESTORATIVE

Zum Entspannen und zum Stressabbau.

SOFT

Sanfte Bewegungsabfolgen. Auch für Ältere und Menschen mit Gelenkbeschwerden geeignet oder für alle die es sanft angehen lassen wollen.

PRÄNATAL

Sanft und sicher mit Yoga durch die Schwangerschaft.

POSTNATAL

Sich regenerieren, mit einem effektivem Übungsprogramm speziell für die Zeit nach der Geburt.

LEVEL 1

Yoga üben und bei der Ausführung der Asanas interessante Details entdecken, die bislang unklar geblieben waren.

LEVEL 1-2

Die Klasse für Anfänger und Fortgeschrittene.
Variationen der Asanas bieten für alle die richtige Herausforderung.

LEVEL 2

Für geübte Yogis.
Ein fließendes und kreatives Erlebnis von Bewegung und Atmung.

PREISE

Yoga unlimited - Monats Flatrate alle Klassen, so oft du magst	69€	59€ Schüler & Studenten
Yoga unlimited - Jahres Flatrate alle Klassen, so oft du magst	749€	649€ Schüler & Studenten
Drop in / Einzelkarte 60 min Klassen	12€	
10er Karte* 60 min Klassen	109€	89€ Schüler & Studenten
Drop in / Einzelkarte 75/90 min. Klassen	16€	
10er Karte* 75/90 min. Klassen	150€	130€ Schüler & Studenten

Probestunde 10€

*Gültig 12 Monate ab Kaufdatum. | Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt.