

Stundenplan
gültig ab Januar 2019



Offene Hatha-Yoga-Stunden ohne Voranmeldung belegbar			Kurse Anmeldung erforderlich		
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
Vormittag / Nachmittag					
Hatha-Yoga 9.15-10.45 Kathrin	12 Wo. Kurs ab 15.1. Faszientraining 8.30-10.00 Anja Windt	Hatha-Yoga 9.15-10.45 Vishnuprema	Hatha-Yoga 9.15-10.45 Anja Bellet	12 Wo. Kurs ab 18.1. Pilates & Yoga 8.30-10.00 Anja Windt	
10 Wo. Kurs ab 14.1. Yoga mit dem Stuhl 14.00-15.00 Veronika K	13 Wo. Kurs ab 15.1. Yoga für Schwangere Pre-Natal 10.30-12.00 Lena		10 Wo. Kurs ab 17.1. Yoga mit dem Stuhl 14.00-15.00 Markus	12 Wo. Kurs ab 18.1. Hatha-Yoga 10.30-12.00 Anja Windt	
10 Wo. Kurs ab 14.1. Yoga 60plus 15.15-16.45 Veronika K	Neuer Kurs 13 Wo. Kurs ab 15.1. Yoga mit oder ohne Baby Post-Natal 12.30-13.30 Lena	Neuer Kurs 12 Wo. Kurs ab 23.1. Yoga nach der Arbeit 17.00-18.15 Isabell	10 Wo. Kurs ab 17.1. Yoga 60plus 15.15-16.45 Veronika K		
A b e n d					
Hatha-Yoga & Faszien 18.00-19.30 Anja Windt	15 Wo. Kurs ab 15.1. Ashtanga Flow 18.00-19.30 Anfänger bis Mittelstufe Niklas	Hatha-Yoga mit Meditation 18.30-20.15 Anja Bellet	10 Wo. Kurs ab 17.1. Hatha Yoga Anfänger+Wiedereinsteiger 18.30-20.00 Ursula K	12 Wo. Kurs ab 18.1. Hatha Yoga 18.00-19.30 Vishnuprema	WORKSHOPS siehe Aushang oder Homepage
Hatha-Yoga 20.00-21.30 Ursula	13 Wo. Kurs ab 15.1. Intensiv im Flow 20.15-21.45 Lena	13 Wo. Kurs ab 16.1. Hatha mittlere Stufe 20.30-22.00 Lena	15 Wo. Kurs ab 17.1. Ashtanga Flow Anfänger bis Mittelstufe 20.30-22.00 Niklas	WORKSHOPS siehe Aushang oder Homepage	
Namasté Yogaschule Seligenstadt e.V.		Fontanesstr. 12	63500 Seligenstadt	T: 0176 9963 0643 E: info@namaste-yogaschule-seligenstadt.de	
<p>INFO: für unsere Abonnenten ist die Teilnahme an den Kursen kostenfrei. Ein Einstieg in laufende Kurse ist jederzeit möglich. Bitte ruf uns an, ob Restplätze vorhanden sind. K = von der Krankenkasse bezuschusste Kurse</p>					

Unsere Yogaschule wird 15 Minuten vor Beginn der Yogastunde geöffnet. Komm bitte ca. 10 Minuten vor der Kurseinheit. Einlass nach Beginn der Stunden ist nicht mehr möglich – wir schließen die Eingangstür zum Beginn der Yogastunde ab.