Aktuelle Stunden und Kurse

Stand 04.11.2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:30 - 09:30							
09:00 - 10:30	Yoga sanft				Yoga offen		
09:15-10:45		Yoga - Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger					
10:30 - 11:30							
11:00 - 11:45	Yoga extrasanft*						
14:30-15:30				Yoga auf dem Stuhl*			
16:30 - 17:20			Yoga für Kinder				
17:00 - 18:30	Yoga Aufbaukurs						
17:45 - 18:45		Yoga für Teens					
19:00 - 20:30			Yoga offen				

Alle Stunden vor Ort und auch auch via Live-Zuschaltung über Zoom möglich.

* In Planung

Termine für Workshops auf der Website www.fitmityoga.de oder anrufen!
Bitte beachten, dass alle Stunden nur bei genügend Teilnehmern stattfinden!
Bitte rechtzeitige und verbindliche Anmeldung, damit gegebenenfalls die Zugangsdaten zugeschickt werden können.
Tip: Gönnen Sie sich einmal eine Einzelsession zur individuellen und ganz persönlichen Hilfestellung!
Oder zur Abechslung in der Yogaroutine: Eine Yogaeinheit auf dem Board!