

# YOGA KURSPLAN

Für alle Kurse ist eine Anmeldung erforderlich: online: [www.todtgluesinger-sv.de](http://www.todtgluesinger-sv.de) oder telefonisch unter: 04182 - 80 72 48

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 – 10:30 <b>Kundalini Yoga</b> Tina V.	10:00-11:15 <b>Postnatal Yoga mit Baby (Präventionskurs)</b> Isabella	9:00-10:15 <b>Vinyasa Yoga</b> Isabella	9:00-10:15 <b>Vinyasa Yoga</b> Tina H.	9:00 – 10:30 <b>Kundalini Yoga</b> Tina V.		
				11:00 – 12:00 <b>Lu Jong Yoga</b> Mouni		11:00 – 12:15 <b>Sunday Yoga</b> Marie
	16:30-17:45 <b>Vinyasa Yoga (m. Kinderbetreuung)</b> Isabella			16:00 – 17:00 <b>Kind-Eltern Yoga</b> Isabella	15:00 – 18:00 4-wöchige Kurse <b>Aerial Yoga</b> Isabella und Marie	12:30 – 14:00 <b>YinYoga</b> Marie
17:15-18:15 <b>Kinder Yoga (Präventionskurs)</b> Isabella	18:00-19:15 <b>Medical Yoga</b> Claudia		17:00-18:15 <b>Yoga für Teenager</b> Fabian			
	18:45-19:45 <b>Yoga auf dem Stuhl</b> René			18:00 – 19:30 <b>AshtangaYoga</b> Maike		
18:30-19:45 <b>Pränatal Yoga (Präventionskurs)</b> Isabella	19:30-20:45 <b>Vinyasa Yoga</b> Claudia	19:30-20:45 <b>Hatha Yoga</b> Andrea	19:00-19:45 <b>Yoga meets Tabata</b> Tina H.			
	20:00-21:00 <b>Männer Yoga</b> René		20:00-21:15 <b>Vinyasa Yoga</b> Tina H.			
20:00-21:15 <b>Postnatal Yoga (Präventionskurs)</b> Isabella						

Alle violett hinterlegten Kurse finden im Haus am See statt: Am Baggersee 2, 21255 Tostedt/Todtglüsingern

Alle weiß hinterlegten Kurse finden in der Fitnesshalle statt: Schulstraße 40, 21255 Todtglüsingern