

# Kursplan

Gültig ab 20.01.2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
16:00 - 16:45 <u>Reha-Sport (MO16)</u> <i>Orthopädie und Krebsnachsorge</i>	18:00 - 19:40 <u>Yoga Praxis &amp; Meditation</u> <i>Yoga mit Vorerfahrung</i>	16:00 - 16:45 <u>Reha-Sport (MI16)</u> <i>Orthopädie und Krebsnachsorge</i>	10:00 - 11:20 <u>Yoga Grundlagen &amp; Praxis</u> <i>Lass Dich überraschen</i>	09:00 - 09:45 <u>Reha-Sport (FR09)</u> <i>Orthopädie und Krebsnachsorge</i>	09:30 - 10:50 <u>Rücken Spezial</u> <i>Geschmeidig und Gesund</i>	
17:00 - 17:45 <u>Reha-Sport (MO17)</u> <i>Orthopädie und Krebsnachsorge</i>	20:00 - 21:20 <u>Yoga sanft *</u> <i>Sanfter Tropfen höhlt den Stein</i>	17:00 - 17:45 <u>Reha-Sport (MI17)</u> <i>Orthopädie und Krebsnachsorge</i>	18:20 - 19:40 <u>Yoga</u> <i>Entdecke Dich selbst</i>	10:00 - 10:45 <u>Reha-Sport (FR10)</u> <i>Orthopädie und Krebsnachsorge</i>		
18:00 - 19:20 <u>Yoga</u> <i>Entdecke Dich selbst</i>		18:00 - 19:20 <u>Rücken Spezial</u> <i>Geschmeidig und Gesund</i>	20:00 - 21:20 <u>Chakra-Yoga</u> <i>Harmonisierung der Chakra- Energie</i>	18:00 - 19:20 <u>Yoga sanft *</u> <i>Sanfter Tropfen höhlt den Stein</i>		
19:40 - 21:00 <u>Yoga</u> <i>Entdecke Dich selbst</i>		19:40 - 21:00 <u>Yoga</u> <i>Entdecke Dich selbst</i>				

Regläre Kurse (blau)

Rehasport (rosa)

Kurs mit Krankenkassenzulassung (ZPP-zertifiziert) (\*)

Liebe Yogafreundin, lieber Yogafreund,

bitte beachte, dass eine Teilnahme an Kursen

**NUR mit einer Anmeldung** möglich ist. Für eine Anmeldung erreichst Du uns per Telefon, SMS, Whatsapp oder Mail.

Julia Isaak

[julia@anuyoga.de](mailto:julia@anuyoga.de)

0178 1780395

Thomas Weskamp

[thomas@anuyoga.de](mailto:thomas@anuyoga.de)

0177 7510477

