|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
| 9:00 – 10:00 Uhr Yoga Conditioning  Raum für Tanz und Bewegung |  |  |  | 9.00 – 10:00 Uhr Yoga Conditioning  Raum für Tanz und Bewegung | SUP  Poggensee |  |
|  |  |  | 10:30 – 11:45 Uhr  Rücken Yoga  Reha Aktiv am Bahnhof | 10:15 – 11:15 Uhr  Yoga und Entspannung  Raum für Tanz und Bewegung |  |  |
| 16:30 – 17:45 Uhr  Yoga-Flow  Raum für Tanz und Bewegung | 16:30 -17:45Uhr  Outdoor Yoga  Hebammenpraxis |  |  |  |  |  |
| 18:00 – 19:30  Slow Rücken Yoga  Raum für Tanz und Bewegung | SUP  Poggensee |  | 17:30 – 19:00 Uhr Restorative Yoga  Hebammenpraxis | 18:00 – 19:30 Uhr  Restorative  Yoga  Hebammenpraxis |  | SUP  Poggensee |