



# STUNDENPLAN 2019

Stand: 01. Jänner 2019. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
		MAMA BABY YOGA 10:00-11:00 All Levels mit Geli	VINYASA YOUR LIFE 09:30-10:30 Level 1 mit Doris		RISE & SHINE 09:30-10:45 Level 1 mit Anna	
				HIPPY FRIDAY (English language) 16:45-17:45 All levels mit Shawna		
INSIDE FLOW 18:00-19:30 Level 2 mit Nicki	<b>i</b> Im 14-tägigen Wechsel: BUDOKON® START UP★ Level 1 mit Flo START UP★★ All Levels mit Anita 17:45-18:45	STRONG & SLOW 18:00-19:15 Level 1 mit Doris	FLOW & STRETCH AFTER WORK 17:30-18:45 All Levels mit Doris	BUDOKON®YOGA 18:00-19:15 Level 2 mit Flo		RESTORATIVE YOGA (English language) 18:00-19:15 All Levels mit Shawna
STRETCH & RELAX 19:45-20:45 All Levels mit Doris	YOGA BACK CARE 19:00-20:15 All Levels mit Anita	EVENING GLORY (English language) 19:30-20:45 All Levels mit Rodi	DEEP HATHA (English language) 19:00-20:15 All Levels mit Rodi			

★ findet in ungeraden Kalenderwochen statt. ★★ findet in geraden Kalenderwochen statt.

### 🕒 ÖFFNUNGSZEITEN:

30 Minuten vor der 1. Einheit am Tag,  
15 Minuten vor jeder weiteren Einheit.

### 📊 WELCHES LEVEL PASST FÜR MICH?

All Levels: ideal für deinen Yogaeinstieg | Level 1: Intermediate, für fortgeschrittene Anfänger | Level 2: Advanced, für Fortgeschrittene

### 📍 AKTUELLE INFOS:

Bitte beachte den aktuellen Stundenplan für jede Woche auf [www.yoga-life.at](http://www.yoga-life.at), da es zu unvorhersehbaren Änderungen kommen kann.