



STUNDENPLAN 2022

Stand: 01.10.2022. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
ENERGY FLOW 06:30-07:30 All Levels Anna-Sophie	FASZIEN-YOGA 08:30-09:30 All Levels Doris	RISE & SHINE 06:30-07:45 Level 1 Nicki	FASZIEN-YOGA 06:30-07:30 All Levels Doris	MINDFUL MOVES 06:30-07:30 Level 1 Elisabeth	RISE & SHINE 09:30-10:45 Level 1 Nicki/Anna-Sophie	MORNING GLOW 08:30-09:30 All Levels
INSIDE FLOW 17:45-19:15 Level 2 Nicki	MINDFUL MOVES 17:45-18:45 Level 1 Elisabeth	STRONG & SLOW 17:45-19:00 Level 1 Doris	ENERGY FLOW 07:30-08:30 All Levels Anna-Sophie	INSIDE FLOW (DE)LIGHT 16:30-17:45 Level 1 Patricia	STRETCH & RELAX 18:30-19:45 Level 1 Nicki	BODY & SOUL 11:00-12:15 All Levels Nicki
STRETCH & RELAX 19:30-20:30 All Levels Nicki	YOGA BACK CARE 19:00-20:15 All Levels Anita	PURE FLEXIBILITY 19:15-20:15 All Levels Patricia	BODY & SOUL 17:30-18:45 All Levels Nicki	BUDOKON® YOGA 18:30-19:45 Level 1 Flo	VINYASA YOUR LIFE 18:30-19:45 Level 2 Nicki	INSIDE FLOW 15:00-16:30 Level 2 Nicki
			VINYASA YOUR LIFE 19:00-20:15 Level 2 Nicki			SUNDAY CHILLOUT 18:00-19:15 All Levels Birgit



Diese Klassen werden zusätzlich Online live via zoom übertragen.



Recorded-Klasse: **Diese Klassen wurden vorab aufgezeichnet und finden NUR online statt!**

🕒 ÖFFNUNGSZEITEN:

15 Minuten vor jeder Klasse.

📝 **ANMELDUNG:** Erforderlich unter www.yoga-life.at/stundenplan

📊 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, da es zu unvorhersehbaren Änderungen kommen kann.