

KURSÜBERSICHT von VAMOS YOGA & PARTNER

Diese vielseitigen Angebote erfüllen den schönen Yoga-Raum mit Leben! Informieren und anmelden kannst Du Dich direkt bei den jeweiligen Lehrern.
Die farbigen Vamos Yoga Klassen und Kurse kannst Du wie gewohnt via Eversports oder auf www.vamos-yoga.de buchen.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.00 – 10.15 h YOGA Body & Mind mit Martina <u>Offene Std. & Block Studio</u>	09.15 – 10.15 h Aufbaukurs Pilates nach der Rückbildung m. Kind mit Sarah www.womaninmotion.de		08.00 – 09.00 h FULL BODY PILATES mit Eva www.physiohealthtraining.de	08.00 – 09.00 h EASY MORNING YOGA mit Elena www.elenaheibel.yoga		Findet nicht jede Woche statt. Die Termine findest Du in Eversports & Wellpass & Wellhub
09.00 – 10.15 h YOGA Body & Mind mit Martina <u>Offene Stunde Online</u>	10.30 – 11.30 h Rückbildung/Pilates mit Kind mit Sarah www.womaninmotion.de		Legende: Anbieter Vamos Yoga (buchbar via Eversports) STUDIO ONLINE Anbieter Externe Partner (eigene Kursorganisation) PARTNER			EASY SUNDAY YOGA oder YOGA meets FITNESS mit Martina oder GastlehrerIn <u>Offene Stunde Studio</u>
17.30 – 18.30 h BASIC YOGA mit Steffi www.stefanie-konrad.de	17.45 – 18.45 h SCHWANGERSCHAFTSYOGA mit Sarah www.sarah-ege.de	18.00 – 18.45 h EVENING FLOW YOGA mit Martina <u>Offene Stunde Studio</u>				18.00 – 18.45 h YOGA MOBILITY mit Martina <u>Offene Stunde Studio</u>
18.55 – 20.10 h ZENbo® Balance Doreen Brüsehaber www.zeitharmonie.de	19.00 – 20.00 h STARKE MITTE mit Sarah www.sarah-ege.de	18.00 – 18.45 h EVENING FLOW YOGA mit Martina <u>Offene Stunde Online</u>	17.00 – 18.15 h ZENbo® Balance mit Doreen www.zeitharmonie.de	16.00 – 17.00 h FULL BODY PILATES mit Eva www.physiohealthtraining.de		18.00 – 18.45 h YOGA MOBILITY mit Martina <u>Offene Stunde Studio</u>
20.30 – 21.15 h YOGA MOBILITY mit Martina <u>Offene Stunde Studio</u>	20.30 – 21.45 h VINYASA YOGA mit Elena www.elenaheibel.yoga	19.45 – 21.00 h YIN YOGA mit Kerstin www.yogasterne.de				
20.30 – 21.15 h YOGA MOBILITY mit Martina <u>Offene Stunde Studio</u>			Belegt 19.30 Uhr bis 22.00 Uhr	Belegt 19.30 Uhr bis 22.00 Uhr	Weitere Termine von Vamos Yoga (Kinderyoga, Specials, Events & Retreats) auf der Website www.vamos-yoga.de und in der Eversports App	