



VAMOS YOGA KURSPLAN 08.04. – 17.05.24



Anmeldungen und Beschreibungen zu den Einheiten unter www.vamos-yoga.de

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.00 – 10.15 h YOGA ASANA & STORY 6x ab 08.04.2024 Martina/ Hybrid <i>Kursblock + DropIn</i>	Kursblock: freie Plätze auch einzeln (DropIn) buchbar!			08.30 – 09.45 h EASY MORNING YOGA 6x ab 12.04.24 Elena/ Studio <i>Kursblock + DropIn</i>		
Weitere Termine für Events & Specials auf der Website www.vamos-yoga.de und in der Eversports App		10.00 – 11.00 h YOGA nach der SCHWANGERSCHAFT Info & Anmeldung bei Ines: ines@weber3.de		10.00 – 11.00 h YOGA in der SCHWANGERSCHAFT Info & Anmeldung bei Ines: ines@weber3.de	Offene Stunde!	09.30 – 10.45 h EASY SUNDAY MORNING YOGA Vamos Yoga Team
				11.15 – 12.15 h YOGA nach der SCHWANGERSCHAFT Info & Anmeldung bei Ines: ines@weber3.de		
17.30 – 18.30 h BASIC YOGA 6x ab 08.04.2024 Steffi/ Studio <i>Kursblock + DropIn</i>	17.45 – 18.45 h SCHWANGERSCHAFTSYOGA Info & Anmeldung bei Sarah www.sarah-ege.de					
18.55 – 20.10 h ZENbo® Balance 10x ab 08.04.24/ Doreen www.zeitharmonie.de	19.00 – 20.00 h STARKE MITTE Info & Anmeldung bei Sarah www.sarah-ege.de	18.00 – 18.45 h AFTER WORK EVENING FLOW Offene Stunde mit Martina Studio & Online	17.15 – 18.30 h ZENbo® Balance 10x ab 11.04.24/ Doreen www.zeitharmonie.de			
NEU! Offene Stunde! 20.30 – 21.30 h FIT mit YOGA Offene Stunde Tatjana/ Studio	20.30 – 21.45 h VINYASA YOGA 6x ab 09.04.24 Elena/ Studio <i>Kursblock + DropIn</i>	19.45 – 21.00 h YIN YOGA 6x ab 10.04.24 Kerstin/ Studio	19.00 – 20.30 h Entspannter dank Selbst- und Stressmanagement 7x ab 07.03.24/ Doreen www.zeitharmonie.de		NEU! Offene Stunde!	19.15 – 20.15 h SELF CARE YIN YOGA ab 14.04.24 Angela/ Studio

Legende

- STUDIO
- ONLINE
- HYBRID
- EXTERN