

# Pogrammplan „Online-Yoga“

von Montag, 2. November 2020 bis Montag, 30. November 2020

<u>Wochentag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Bezeichnung</u>	<u>Lehrer/in</u>
Montag	18.00 Uhr bis 19.00 Uhr	Yoga für Anfänger/innen & Geübte	Katja Klesse
Montag	19.30 Uhr bis 20.30 Uhr	Yoga-Tiefenentspannung	Katja Klesse
Dienstag	17.00 Uhr bis 18.00 Uhr	Yoga für Anfänger/innen & Geübte	Heide Wolfert
Dienstag	18.30 Uhr bis 19.30 Uhr	Yoga für Fortgeschrittene	Heide Wolfert
Mittwoch	09.00 Uhr bis 10.00 Uhr	Yoga am Vormittag	Heide Wolfert
Mittwoch	17.30 Uhr bis 18.30 Uhr	Yoga für Anfänger/innen	Jana Rothe
Mittwoch	19.00 Uhr bis 20.00 Uhr	Yoga für Fortgeschrittene	Jana Rothe
Donnerstag	17.00 Uhr bis 18.00 Uhr	Yoga-Aufbaukurs	Jutta Bachmeier-Mönnig
Donnerstag	18.30 Uhr bis 19.30 Uhr	Yoga für Anfänger/innen & Geübte	Jutta Bachmeier-Mönnig
Freitag	17.30 Uhr bis 18.30 Uhr	Yoga für Fortgeschrittene	Jana Rothe
Freitag	19.00 Uhr bis 20.00 Uhr	Yoga für den Rücken	Jana Rothe
Samstag	10.00 Uhr bis 11.30 Uhr	Yin Yoga & Restrotatives Yoga	Bernd Bachmeier
Sonntag	17.30 Uhr bis 18.30 Uhr	Yoga für den Rücken	Dr. Frauke Grenzer
Sonntag	19.00 Uhr bis 20.00 Uhr	Hatha-Yoga intensiv	Dr. Frauke Grenzer

**Änderungen vorbehalten!**

**Stand: 9. November 2020**

**Yogaschule Braunschweig \* Poststr. 5 \* 38159 Vechelde \* 05302-4900 \* kontakt@yoga-ayurveda.com**