



Yogastundenplan - KraftQuelle



September 2018 bis Februar 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:00 - 09:15 Uhr Ashtanga Yoga Innovation ® led class (alle levels)				08:00 - 09:15 Uhr YIN Yoga	
10:15 - 11:15 Uhr Mama-Baby-Yoga AYI gezielte Rückbildung im Wochenbett					
18:00 - 19:00 Uhr Yoga für Schwangere			17:30 - 18:45 Uhr YIN/YANG Yoga		
19:30 - 20:45 Uhr Bodega Move		19:00 - 20:00 Uhr AYI® Yogacoaching Pro Juventute (geschlossener Kurs)			

Täglich Yogaeinheiten im Q!-Resort Health & Spa

AYI®: Ashtanga Yoga Innovation: traditionelle Ashtanga Praxis, in der gesundheitliche Aspekte berücksichtigt werden. Die Asanas werden nach physiolog. Gesichtspunkten mit therap. Übungsansätzen modifiziert, um so das Gesunde der Übenden zu fördern.

Zertifizierte Advanced Yogalehrerinnen AYI/BDY/EYU.

Änderungen vorbehalten. Kein Unterricht an Feiertagen. Kontakt: Tel: 0664 925 1922 oder info@kraftquelle-kitzbuehel.com