

Yogakurse 2025

Montags:

- 9:30 Uhr **Hatha-Yoga** sanft
17:00 Uhr **Yoga** **NEU**
für Schwangere
19:00 Uhr **Hatha-Yoga** fordernd

Dienstags:

- 9:30 Uhr **Hatha-Yoga** sanft
15:00 Uhr **Yoga mit Baby** **NEU**
17:00 Uhr **Hatha-Yoga**
19:00 Uhr **Hatha-Yoga**

**Beate
Göke**

Bei Interesse sprich mich gerne an!

bea.goeke@web.de • Tel.: 0174 96 880 24

Donnerstags:

- 9:30 Uhr **Yoga auf dem Stuhl***
11:00 Uhr **Yoga** **NEU**
für Schwangere
16:30 Uhr **Hatha-Yoga** **NEU**
sportlich
18:30 Uhr **Hatha-Yoga** **NEU**



Alle Kurse

- finden statt ab 6 Personen
- 10 x 90/60* Minuten
- anerkannte Präventionskurse
- auch für Männer geeignet

