

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Präventionskurs „Yoga auf dem Stuhl“</b> 10:45 – 11:45 h	<b>Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger</b> 10:00 – 11:30 h		<b>Präventionskurs „Yoga auf dem Stuhl“</b> 10:30 – 11:30 h		<b>Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger</b> 10:00 – 11:30 h	
<b>Präventionskurs „Yoga für Schwangere“</b> 14:30 – 16:00 h Durchführung durch Simply Yoga Essen			<b>Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger</b> 17:00 – 18:00 h	<b>Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger</b> 16:00 – 17:30 h		
<b>Neue Zeiten ab September 2024</b> <b>Hatha Yoga Mittelstufe</b> 18:00 – 19:30 h	<b>Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger</b> 18:30 – 20:00 h	<b>Kinder Yoga</b> 16:30 – 17:30 h Durchführung durch „Der Löwe in dir“	<b>Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger</b> 18:30 – 20:00 h	<b>Hatha Yoga Mittelstufe</b> 18:00 – 19:30 h		
			<b>Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger</b> 20:30 – 22:00 h			

