

## Yogaraum Weihnachtsprogramm 2023/24

Bis einschließlich 22.12. Freitag Vormittag alle Stunden normal!  
Freitag 22.12. 17.45 Uhr kein Unterricht mehr

Mi 27.12.	17.00-18.15 Uhr 18.30-20.00 Uhr 20.15-21.45 Uhr	Jahresausklang mit Renate Schwangeren Yoga Carolin Yin und Yang zum Jahresausklang Carolin
Do 28.12.	10.00-11.30 Uhr 17.30-19.00 Uhr 19.15-20.45 Uhr	Für Alle - Renate Schwangeren Yoga - Katharina Yoga für Alle - Katharina
Fr 29.12.	09.30-10.30 Uhr	Lu Jong- Übungen zur Balance der 5 Elemente und Meditation- für Alle! mit Bernward Bog
Sa 30.12.	10.00-11.00 Uhr	Familien Yoga 3-5 Jahre mit Danijela
Di 02.01.	19.00-20.30 Uhr	Yoga mit Musik - Bianka
Mi 03.01.	17.00-18.15 Uhr 18.30-20.00 Uhr	Yoga mit Yoga Nidra- Renate Yin Yang Flow – Tina
Do 04.01.	09.30-11.00 Uhr  19.00-21.00	mit offenem Herzen ins neue Jahr - Tina Kraftvoll im neuen Jahr (Astanga Yoga basic) - Stephy
Fr, 05.01.	09.30-11.00 Uhr 15.30-16.30 Uhr	Just Yoga - Steffi Pfeifer Familien Yoga 6-9 Jahre - Danijela

Wir freuen uns auf Euch!

Für die Stunden ab 18.00 Uhr (und Familienyoga) bitten wir um Anmeldung. Kurze Email reicht. Für uns zur Übersicht) Danke!:-)