

Yoga-Kurse und Veranstaltungen im YogaForum

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9 - 14 Uhr Ayurveda-Massage	9 - 10 Uhr QiGong mit Julia Lindenbaum			Folgende Veranstaltungen finden freitags statt:
	10.30 – 11.30 Uhr Bewegung für Senioren auf dem Stuhl mit Julia	10.30 – 11.30 Uhr Yoga auf dem Stuhl mit Corina		Familienstellen 6.09.; 8.11. mit Jana Benz 0152 54503484 18 - 21 Uhr
15 – 16 Uhr QiGong mit Julia	12.15 - 12.45 Uhr Relaxen in der Mittagszeit mit Julia		17 – 18.30 Uhr Kundalini-Yoga mit Kerstin Ostendorp	Special mit jeden Freitag ein anderer Yogalehrer. 17 – 18 Uhr
17 – 18.30 Uhr Hatha Yoga mit Corina	17.30 – 19 Uhr Hatha Yoga mit Corina		19 – 20.15 Uhr Vinyasa Yoga mit Nadja Donner	Bitte erkundige dich auf der Internetseite:
18.45 – 20.15 Uhr Tai Chi mit Andreas	19.30 – 21 Uhr Hatha Yoga mit Corina	19.30 – 21 Uhr Kundalini-Yoga mit Kerstin		www.cunda-jennrich.de

Wichtige Informationen:

Im Juli fällt Yoga mit Nadja Donner aus.

Vom 24.06. - 11.08. fällt Yoga am Montag aus.
Vom 24.06. - 08.07. fällt Yoga am Dienstag aus.
Vom 09.07. - 12.08. beginnt Yoga am Dienstag
um 19.00 Uhr.

Vom 24.06. - 03.08. pausiert der Tai Chi Kurs.

Anmietung der Räume:

Für die Anmietung unserer Räume melde dich
bei Corina. Du erhältst kurzfristig ein Angebot.

Samstag

Weitere Infos im Internet!

Familienstellen

29.06.; 8.11.
mit Dr. Annegrit Kahle
10 - 13 Uhr

Ayurveda- und Yoga Workshops

24.08.
**Gesundheitsvorsorge
mit Ayurveda**
von 8 - 11.30 Uhr

Sonntag

Frauenheilkreis

16.06.; 15.09.; 13.10.;
17.11.
mit Jana Stooff
0173 8230410
18 - 19.30 Uhr

Heilsames Singen

22.09.; 24.11.
mit Jana Benz
19 - 20.30 Uhr