

SAKTI YOGA

Kursplan Herbst / Winter

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					Yin & Yang Yoga Stressfrei 10.30 Uhr - 12.30 Uhr Astrid	
		Baby & Me 16.00 Uhr - 16.45 Uhr Astrid (K)				
	Yin & Yang Yoga Entspannt 10.30 Uhr - 12.30 Uhr Naamii		Kids Yoga 6-10 Jahre 16.30 Uhr - 17.30 Uhr Astrid (K)	Hormon Yoga 16.30 Uhr - 17.30 Uhr Astrid		
Teen Yoga 10-20 Jahre 17.00 Uhr - 18.00 Uhr Astrid		Pre Natal 17.00 Uhr - 18.00 Uhr Astrid (K)			Workshops/ Ausbildung	Workshops/ Ausbildung
	Sound & Silence Yoga Rituals 18.00 Uhr - 19.15 Uhr Astrid (K)	Einsteiger Yoga 1 18.30 Uhr - 19.30 Uhr Astrid (K)	Sakti Yoga 1-3 18.15 Uhr - 19.30 Uhr Astrid (K)(E)	Restorative & Yoga Nidra 17.45 Uhr - 19.00 Uhr Sabina		
Sakti Yoga 2-3 18.30 Uhr - 19.45 Uhr Astrid					Sakti Yoga Temple Group Astrid (X)	Vinyasa 2-3 12.00 Uhr - 13.30 Uhr Caro
	Vinyasa 1-3 19.45 Uhr - 21.15 Uhr Tati	Vinyasa Meditation 1-2 20.00 Uhr - 21.30 Uhr Caro	Yin Yoga 20.00 Uhr - 21.30 Uhr Sabina	Dynamic Hatha 19.15 Uhr - 20.30 Uhr Caro (K)		
Rücken Yoga 20.00 Uhr - 21.00 Uhr Astrid (K)					Yoga in Bents (X) od Live Musik (X)	Yin Flow 18.00 Uhr - 19.30 Uhr Anna-Lena

(X) fester Kurs
(K) Kassenkurs
(E) English

Legende

-  Hatha & Yin Yoga Level 1-3
-  Hatha Vinyasa Level 1-3
-  Hatha Vinyasa Level 2-3
-  Vinyasa Yoga Level 1-3

**Yoga Studium & Yogalehrer-
Ausbildung ab 21.03.2020**

Info Tage 24.08., 26.10., 30.11.2019

SAKTI YOGA

Eckenheimer Landstraße 166 / 60318 Frankfurt am Main

T +49 69 37405968 / yoga@sakti.de / www.sakti.de

