

# SAKTI YOGA

## Kursplan Sommer / Herbst 2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					<b>Yoga Stressfrei</b> 10.30 Uhr – 11.30 Uhr Astrid (K)	
	<b>Slow Vinyasa 1-3</b> 08.00 Uhr – 09.00 Uhr Inga	<b>Baby &amp; Me</b> 16.00 Uhr – 16.45 Uhr Astrid (K)	<b>Yoga Kids ab 9</b> 16.45 Uhr – 17.45 Uhr Astrid (X)(K)	<b>Hormon Yoga</b> 16.30 Uhr – 17.30 Uhr Astrid (K)(X)	<b>Vinyasa Dance</b> 12.00 Uhr – 13.30 Uhr Inga (ab 04.08.)	<b>Vinyasa 2-3</b> 12.00 Uhr – 13.30 Uhr Caro
<b>Teen Yoga ab 12</b> 17.00 Uhr – 18.00 Uhr Astrid (K)(X)	<b>Hatha Align</b> 18.00 Uhr – 19.15 Uhr Martina (E)	<b>Pre Natal</b> 17.00 Uhr – 18.00 Uhr Astrid (K)	<b>Einsteiger Yoga 2</b> 18.15 Uhr – 19.30 Uhr Astrid (K)(E)	<b>Vinyasa 2-3</b> 17.45 Uhr – 19.00 Uhr Inga	<b>Workshops/ Ausbildung</b>	<b>Workshops/ Ausbildung</b>
<b>Sakti Yoga 2-3</b> 18.30 Uhr – 20.00 Uhr Astrid	<b>Vinyasa Pranayama 2</b> 19.45 Uhr – 21.15 Uhr Tati	<b>Einsteiger Yoga 1</b> 18.30 Uhr – 19.30 Uhr Astrid (K)	<b>Yin Yoga</b> 20.00 Uhr – 21.30 Uhr Sabina	<b>Yoga am Stuhl</b> 19.15 Uhr – 20.15 Uhr Caro /Astrid (K)(X)	<b>Sakti Yoga Temple Group</b> Astrid (X)	<b>Kundalini Vinyasa 1-3</b> 18.00 Uhr – 19.30 Uhr Oscar/Daniela (E)
<b>Rücken Yoga 1-2</b> 20.30 Uhr – 21.30 Uhr Astrid (K)		<b>Vinyasa Meditation 1-2</b> 20.00 Uhr – 21.30 Uhr Caro			<b>Yoga in Beats</b> 20.30 Uhr – 22.00 Uhr Dj od Live Musik (X)	<b>(X) fester Kurs (K) Kassenkurs (E) English/German</b>

## Legende

	Hatha Yoga Level 1-3
	Hatha Vinyasa Level 2-3
	Vinyasa Yoga Level 2-4
	Vinyasa Yoga Level 1-2

**Yoga Studium & Yogalehrer-  
Ausbildung ab 26.01.2019**

Infonachmittag 25.08., 20.10., 24.11.18

# SAKTI YOGA

Eckenheimer Landstraße 166 / 60318 Frankfurt am Main

T +49 69 37405968 / [yoga@sakti.de](mailto:yoga@sakti.de) / [www.sakti.de](http://www.sakti.de)

