

# SAKTI YOGA

## Kursplan Winter/Frühjahr 2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	<b>Slow Vinyasa 1-3</b> 10.30 Uhr – 11.30 Uhr Marija	<b>Post Natal</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 (X)(K)	<b>Yoga Stressfrei 1-2</b> 10.30 Uhr – 11.30 Uhr Astrid (K)	<b>Vinyasa Yoga 2-3</b> 12.00 Uhr – 13.30 Uhr Caro
<b>Yoga Kids ab 5</b> 16.30 Uhr – 17.30 Uhr	<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>Sakti Einsteiger 3</b> 18.00 Uhr – 19.15 Uhr Astrid (K)(E)	<b>Workshops/ Ausbildung</b>	<b>Workshops/ Ausbildung</b>
<b>Sakti Yoga 2-3</b> 18.30 Uhr – 20.00 Uhr Astrid	<b>Vinyasa Pranayama 2-3</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 Ü 60</b> 19.30 Uhr – 20.30 Uhr Caro (K)		
<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 D) od Live Musik (X)	

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

## 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 04.08.2018**  
Infonachmittag 20.01., 17.03.18

# 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)

