



Yogaprogramm 2023/24



MON

**TAKE A BREATH
YOGA BASIC
Yvonne
9.00-10.10**



**KINDERYOGA
6J.-12J.
17.00-17.50
Yvonne**



TUES



**LET IT FLOW
Vinyasa Flow mit
Musik
Yvonne
19.40-20.55**

WED



**YOGA BASIC
Abendroutine
Yvonne
19.50-21.00**

THURS

**TAKE A SEAT
YOGA mit Sessel
für Yogapraktizierende
über 60 Jahre
9.30-10.30
Yvonne**



FRI

**YOGA meets HARP
Vinyasa Flow zur
Harfenmusik (live)
Yvonne
19.40-20.55**



SAT

**LET IT FLOW
Vinyasa Flow mit
Musik mit Yvonne
8.00-9.15**



Rhythm and Dance