

**Stundenplan FORUM YOGA & COACHING**

Stand: 07.06.2021

Montag		Dienstag		Mittwoch	Donnerstag		Freitag	
					9.00 - 10.15 Uhr	HATHA YOGA für Frauen	<b>Psychologisch Astrologisches Coaching</b> Termine nach Vereinbarung!	
10.00 - 11.15 Uhr	YOGA 65+ für Menschen ab ca. 65 Jahren	<b>11.00 - 12.15 Uhr</b>	Yoga 65+ für Menschen ab ca. 65 Jahren		10.30 - 11.30 Uhr	Pilates Body Conditioning mit Entspannung		
17.10 - 18.15 Uhr	<b>SKYPE YOGA ONLINE *</b>						<b>„Komme in Kontakt mit Deinen Stärken! Nutze Deine Ressourcen! Mentales Training“</b> Termine nach Vereinbarung!	
18.45 - 19.45 Uhr	YOGA Grundlagen	18.30 - 19.30 Uhr	Pilates Body Conditioning mit Entspannung		<b>18.30 - 19.45 Uhr</b>	<b>YOGA offene Klasse</b>		
20.00 - 21.00 Uhr	Pilates Body Conditioning mit Entspannung	19.45 - 21.00 Uhr	YOGA offene Klasse		<b>20.10 - 21.30 Uhr</b>	<b>SKYPE YOGA ONLINE *</b>		

\* Einstieg auch online möglich. Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme unter [info@forum-yoga.com](mailto:info@forum-yoga.com) oder 0171-8301311