



AIR YOGA

start to breathe

Air Yoga Dresden Wochenkursplan gültig ab 4. Januar 2018 (*kein Air Yoga Kurs - Anmeldung direkt beim Kursanbieter)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittags	Hatha Yoga Level 1 bis 2 09:00-10:30		Hatha Yoga Mama & Baby 10:00-11:00	Hatha Yoga Level 3 09:00-10:30			
				Yoga Golden Age für Senioren 11:00 – 12:30	Yoga Sanft für Frauen All Levels 11:00-12:30	Hatha Yoga Level 1 bis 2 10:00-11:00 (jeden 2.,3. u. 4. Samstag im Monat)	Hatha Yoga Vinyasa Flow Level 3 10:00-11:30
Nachmittags	Yoga für Jungs 13 – 18 Jahre 16:30-17.45 (coming soon- geschloss. Kurs ab 6 Jungs)		Hatha Yoga mit dem Feet UP 17:30-18:30	Yoga To Go (für Mädchen 9-18 Jahre)* 16:30-18:00			
Abends		Pilates Level 1 bis 2 18:00-19:00		Yoga für Schwangere 18:00-19.30	Yin Yoga All Levels 18:00-19:30		
		Dynamisches Männer Yoga All Levels 19:15-20:45	Hatha Yoga Level 2 bis 3 19:00-20:30				
	Hatha Yoga Level 1 bis 2 19:45-21:15			Hatha Yoga Basics/Level 1 19:45-21.15			