



AIR YOGA

start to breathe

www.air-yoga-dresden.de **Wochenkursplan gültig ab 09. April 2018** (*kein Air Yoga Kurs - Anmeldung direkt beim Kursanbieter)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittags	Hatha Yoga Level 1 bis 2 mit Ilka 09:00-10:30		Hatha Yoga Mama & Baby mit Allegra 10:00-11:00	Hatha Yoga Level 3 mit Ilka 09:00-10:30			
				Yoga Golden Age für Senioren mit Antje 11:00 – 12:30	Yoga Sanft für Frauen all Levels mit Antje 11:00-12:30	Saturday Morning Flow all Levels mit Sven 10:00-11:00	Sunday Vinyasa Flow Level 2 bis 3 mit Shi 10:00-11:30
Nachmittags	Yoga für Kids 6 – 9 Jahre mit Ilka 16:00-17.00 (coming soon- geschloss. Kurs ab 8 Kids)	Yoga für Jungs 13 – 18 Jahre mit Sven 16:30-17.45 (coming soon- geschloss. Kurs ab 8 Jungs)		Yoga To Go (für Mädchen 9-18 Jahre)* mit Antje 16:30-18:00			
Abends		Pilates Level 1 bis 2 mit Gudrun 18:00-19:00		Yoga für Schwangere mit Allegra 18:00-19.30	Yin Yoga all Levels mit Shi 18:00-19:30		
		Dynamisches Männer Yoga all Levels mit Sven 19:15-20:45	Hatha Yoga Level 2 bis 3 mit Ilka 19:00-20:30				
	Hatha Yoga Level 2 bis 3 Mit Ramadhuta 19:45-21:15			Yoga Sanft & Klang all Levels mit Allegra 19:45-21.15			