

Kursplan

flow move . das Studio für Bewegung

Wasserwerksweg 8 • 24222 Schwentinental • 0431 - 78 58 452

Kurse orange

Fortlaufende Kurse, Teilnahme nach Absprache jederzeit möglich!
Bitte melden Sie sich für Ihre 1. Probestunde (10,00€) telefonisch an.

Kurse rot

Zeitlich begrenzte Extrakurse & §20 Präventionskurse.
Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung und Bezahlung!
Kurse rot finden nur bei genügend Teilnehmern statt.

Gültig ab: 26.März 2021

Osterferien: 1.- 16.April 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			<u>9.30 - 10.30</u> Pilates	
		<u>10.15 - 11.15</u> Yoga am Morgen	<u>10.45 - 12.00</u> Präventionskurs Hatha Yoga/Entspannung	<u>9.45 - 11.00</u> Yoga Rücken & Yoga Nidra
<u>16.30 - 17.45</u> Power Yoga		Achtung: <u>Yoga Rücken & Nidra</u> 18.00 - 19.15 & 19.30 - 20.45		<u>16.30 - 17.45</u> Präventionskurs Hatha Yoga/Entspannung
<u>18.00 - 19.00</u> FitMix	<u>17.00 - 18.15</u> Präventionskurs Hatha Yoga	werden zusammen gelegt, solange wir uns nicht im Studio treffen dürfen.	<u>17.30 - 18.30</u> Pilates	<u>18.00 - 19.00</u> Yoga Entspannung
<u>19.15 - 20.30</u> Yoga Rücken & Yoga Nidra	<u>18.30 - 19.30</u> Pilates	Neue Zeit via Zoom: 18.45 - 20.00 Bitte die Zugangsdaten für die 18.00 Uhr Stunde benutzen!	<u>18.45 - 19.30</u> Work out	
	<u>19.45 - 20.30</u> Work out			

**Ab Okt 2021 startet die nächste 200h Yoga Alliance Ausbildung.
Anmeldungen sind noch möglich!**

**Für die +300h Ausbildung 2021/22 sind leider
keine Anmeldungen mehr möglich.
Die Termine für 2022/2023 sind in der Planung.**



weitere Infos: www.yogalehrer-ausbildung-kiel.de

