



yoga

ANMELDUNG unter
info@tiefenbrunn.it | T. 0473 561485

im tiefenbrunn
[ZEIT FÜR AUSZEIT]

YOGA & BRUNCH
YOGA & APERITIVO



für alle Interessierten
auch für ein
erstes Erleben auf
der Matte

YOGA IM TIEFENBRUNN

YOGA & BRUNCH
YOGA & APERITIVO

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
8.00 – 9.15 Yoga mit Doris		8.00 – 9.15 Yoga mit Doris		8.00 – 9.15 Yoga mit Doris	7.15 – 8.30 Meditation und Atemübungen mit Doris
	9.30 – 10.45 Beckenboden Yoga mit Natalie		9.00 – 10.00 Pilates		
18.15 – 19.30 Yoga mit Doris	18.30 – 20.00 Ashtanga Yoga mit Stefan	18.00 – 19.15 Yoga mit Doris	17.30 – 19.00 Yoga sanft mit Annemarie	17.30 – 18.30 Achtsamkeits- übungen mit Doris	
	20.00 – 21.00 Singen mit Andrea			19.00 – 20.00 Stille Meditation mit Johanna	19.00 – 20.00 Klangmediation 1mal im Monat mit Annemarie

im tiefenbrunn
[ZEIT FÜR AUSZEIT]