

Stundenplan Yogaraum

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7:00	Legende: Blocktermine - Einstieg nur zum Starttermin möglich	7:15 - 8:15 Guten Morgen Yoga mit Chantal ab 11.04		7:15 - 8:15 Guten Morgen Yoga mit Chantal ab 13.04			
	Drop-In jederzeit möglich						
		9:30-11:00 Sturzphrophylaxe mit Physio Kastner* 6x ab 21.02					
11:00	11:15-12:15 Hatha Yoga mit Ingrid 5x ab 27.03						
					14:00 - 15:00 Yoga ab 60 mit Kathi 5 x ab 21.04		
16:00			16:00-17:00 Hatha Yoga mit Ingrid 5x ab 29.03		15:30 - 16:30 Kinderyoga (3-5 Jahre) mit Kathi 5x ab 21.04		
	17:00 -19:00 MBSR mit Christel		17:45-18:45 Vinyasa Yoga mit Kathi ab 29.03	18:00 -19:00 Pilates für Anfänger mit Physio Kastner* 10x ab 04.05	16:45-17:45 Yoga Flow mit Kathi ab 21.04		
	19:15-20:15 Vinyasa Yoga mit Simone ab 27.03		19:00-20:00 PME mit Physio Kastner* 10x ab 26.04.	19:00-20:00 Pilates für Fortgeschrittene mit Physio Kastner* 10x ab 04.05	18:00 - 19:00 Hatha Yoga mit Kathi ab 21.04		
	20:30-21:30 After Climbing Yoga Deep Stretch mit Chantal ab 17.04						

* Zuschuss durch Krankenkasse möglich

Details zu Preisen und Anmeldung

Physiotherapie-Praxis Kastner*

Kosten, Termine und Anmeldung über unsere Homepage unter „Präventionskurse“

Ingrid Kaffl

Anmeldung: 0157 76139156

Kosten: 70€ 5er Block, 16€ Drop In

Weitere Infos: www.ingrid-kaffl.com, @ingridkaffl (Instagram)

Chantal „Tally“ Magerstädt

Anmeldung: hallo@alivethroughlife.de, 0157 83054031

Kosten: 15€, 5er Karte: 65€, Probestunde 5€

Weitere Infos: @alivethroughlife (Instagram)

Katharina Pritzl

Anmeldung: yoga.katharina@gmail.com, 0176 61250672

Kosten: 15€, 10er Karte: 130€, Probestunde: 5€; 5er Block Yoga ab 60 und Kinderyoga: 65€

Weitere Infos: yoga-way.jimdosite.com, @katharinapritzl (Instagram)

Simone Stefan

Anmeldung: keine Anmeldung nötig. Fragen an: Simone.yoga@gmx.net

Kosten: 15€, 10er Karte: 130€, Probestunde: 5€

Weitere Infos: @simone.yoga.badaibling (Instagram)

Christel Hillen

Anmeldung: chillen67@gmx.de, 08051 63372, 0162 6293046

Kosten: 8er Block: 300€

Weitere Infos: www.mbsr-hillen.de



* Zuschuss durch Krankenkasse möglich