

YOGATIED mit Maxie & Kristin

Kursplan für unseren Yogaraum & Sportdeck/MZH

Retreats, Workshops SUP-YOGA und Zusatz-Stunden siehe Extra-Aushänge

Gültig vom 29. April bis 14. Juni 2019



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
VINYASA FLOW funktionell & dynamisch 09:15-10:15 12 € Maxie bitte anmelden Level 1/ Basis	YIN YOGA INTENSIV siehe Extra-Aushang 3 Tage-3 Einheiten Yin Yoga kennen und lieben lernen Dienstag 11.6. 10:00-12:00 Mittwoch 12.6. 16:00-18:00 Donnerstag 13.6. 11:30-13:30 Kursort: AnkerGlück Yoga Raum 75€ Maxie bitte anmelden ohne Vorkenntnisse	YOGA FÜR ALLE Für Einsteiger & Erfahrene 10:00-11:00 10€ kurbeitragssubventioniert SPORTDECK Maxie ohne Anmeldung ohne Vorkenntnisse	VINYASA FLOW funktionell & dynamisch 09:15-10:15 12 € Kristin bitte anmelden Level 1/ Basis	YOGA FÜR ALLE Für Einsteiger & Erfahrene 10:00-11:00 10€ kurbeitrags- subventioniert SPORTDECK Maxie ohne Anmeldung ohne Vorkenntnisse entfällt am 14.6.	Am 1.6./8.6. YIN Erholung pur 09:00-10:30 15 € Maxie bitte anmelden ohne Vorkenntnisse	
			MEN ONLY Insulaner only 18:00-19:00 12€ Maxie bitte anmelden			
YIN Erholung pur 20:00-21:30 15 € Maxie bitte anmelden ohne Vorkenntnisse	Am 11.6. in der KOGGE INSIDE FLOW Yoga auf Musik 18:20-19:50 15€ Maxie bitte anmelden ab Level 1	YIN Erholung pur 18:20-19:50 15 € Maxie bitte anmelden ohne Vorkenntnisse	YIN Insulaner only 19:30-21:00 15 € Kristin bitte anmelden ohne Vorkenntnisse	THE ROCKET ® Ashtanga Vinyasa 18:20-19:50 15€ Kristin bitte anmelden mixed Level		

Farblgende: Kursort

YOGARAUM „AnkerGlück“ Süderloog 10, ggü. der Alten Inselkirche Bitte ca. 10 Minuten früher vor Ort sein Leihmatten vor Ort Bitte vorher anmelden – begrenzte Raumkapazität Verbindliche Anmeldung. MAXIE 0177-4300727 KRISTIN 0151-70167042	YOGA FÜR ALLE Sportdeck/Mehrzweckhalle neben dem Schwimmbad Leihmatten vor Ort ohne Anmeldung/ohne Vorkenntnisse bequeme Kleidung empfohlen	Für Basiskenntnisse und individuelle Fragen kann gern eine Einzelstunde gebucht werden!	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kursform</th> <th>Zeit</th> <th>1x</th> <th>5er Karte</th> <th>10er Karte</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Yogastunde</td> <td>60 min</td> <td>12€</td> <td>55€</td> <td>100€</td> <td rowspan="3">Die 10er Karten sind auch als Partner- oder Familienkarte erwerblich</td> </tr> <tr> <td>Yogastunde</td> <td>90 min</td> <td>15€</td> <td>68€</td> <td>120€</td> </tr> <tr> <td>Einzelstunde</td> <td>60 min</td> <td>75€</td> <td colspan="2">Die 5er und 10er-Karten haben ab Kaufdatum 1 Jahr Gültigkeit</td> </tr> </tbody> </table>					Kursform	Zeit	1x	5er Karte	10er Karte		Yogastunde	60 min	12€	55€	100€	Die 10er Karten sind auch als Partner- oder Familienkarte erwerblich	Yogastunde	90 min	15€	68€	120€	Einzelstunde	60 min	75€	Die 5er und 10er-Karten haben ab Kaufdatum 1 Jahr Gültigkeit	
			Kursform	Zeit	1x	5er Karte	10er Karte																						
			Yogastunde	60 min	12€	55€	100€	Die 10er Karten sind auch als Partner- oder Familienkarte erwerblich																					
			Yogastunde	90 min	15€	68€	120€																						
Einzelstunde	60 min	75€	Die 5er und 10er-Karten haben ab Kaufdatum 1 Jahr Gültigkeit																										