KURSPLAN | YOMONDIS

UHRZEIT	RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3	RAUM 4
09:00 – 10:30	Karo Wagner & Steffi Rohr **Come Toghether Workout** **Vinyasa Yoga meets** **BODEGA moves**	Nadine Brand **SEASON YOGA**		**10:30 – 12:30** Mandy (120 min / Anmeldung) **Acrobatic Yoga** **(max. 30 TN)**
10:45 – 12:15	Christiane Wolff **Medical-Yoga**	Ranja Weis **Yin Yoga**	Andreas Raab **Handstand Workshop**	
12:30 – 13:30	**Pause**	**Pause**	**Pause**	**Pause**
13:45 – 15:15	Ranja Weis **Health Yoga**	Christiane Wolf **Core-Yoga** **GUTES Bauchgefühl**	Andreas Raab **Handbalance**	**13:30 – 15:30** Mandy (120 min / Anmeldung) **Acrobatic Yoga** **(max. 30 TN)**
15:30 – 17:00	Steffi Rohr & Nadine Brand **BODEGA reflow** **Team-Teach**	Karo Wagner **Mental Yin Yoga** **Herzessenz**	Petra Havelkova **Dayo**	