

GRUPPENKURSE

Alle schwarzgedruckten Kurse können mit dem Aranya Abo gebucht werden. Für die grau gekennzeichneten Kurse melde Dich direkt bei dem/der Leiter:in.
Massagen und Private Sessions bei Jana können individuell von Montag – Freitag gebucht werden.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10:00 – 11:15 Sanftes Yoga Jana		08:45 – 09:30 Functional Training Jana		09:30 – 10:30 Vinyasa Yoga (D/E) Andrea
		10:00 – 11:15 Sanftes Yoga Jana		
12:05 – 13:00 Pilates Jana	12:00 – 13:00 Vinyasa Yoga (D/E) Andrea			
16:30 – 17:30 Yin Yoga Jana		17:30 – 18:30 Pilates Jana		
18:00 – 19:15 Hatha Yoga Jana	18:30 – 19:30 Yin Yoga (D/E) Andrea	18:45 – 20:15 Taj Ji Chris	18:00 – 19:15 Hatha Yoga Jana	
19:45 – 20:45 Vinyasa Yoga (D/E) Kathleen	20:00 – 21:30 Wing Chun Kung-Fu Tactile Flow	20:15 – 21:45 Wing Chun Kung-Fu Tactile Flow		Verschiedene Workshops Siehe Website