

KURSPLAN

OM OSTSTADT
for better yoga

Januar 2022

MONTAG

Vinyasa Flow 1
19:00 bis 20:00 Uhr
(online)

DIENSTAG

Vinyasa Flow Basic
18:00 bis 19:15 Uhr
(TRIAS YOGA LOFT)

&

Erdener Abendflow
19:30 bis 20:45 Uhr
(TRIAS YOGA LOFT)

MITTWOCH

CALM & HEALTHY
18:30 bis 19:30 Uhr
(TRIAS YOGA LOFT)

FREITAG

Vinyasa Flow 2
09:00 bis 10:15 Uhr
(TRIAS YOGA LOFT)

SONNTAG

Calm & Healthy
18:00 bis 19:00 Uhr
(online)

Änderungen vorbehalten