



ARTEMEDII

Yogaschule

Kursplan

Elmenhorst, Schulweg 7 gültig ab 25.05.2020

Montag	10.00-11.30 Uhr	Yoga*
	16.00-16.45 Uhr	Kinderballett (5-10 Jahre)
	17.30-18.45 Uhr	Pilates*
	19.00-20.30 Uhr	Yoga Mittelstufe *
Dienstag	10.00-11.15 Uhr	Pilates*
	17.45-19.15 Uhr	Yogalates *
	19.30-21.00 Uhr	Yoga Mittelstufe *
Donnerstag	16.00-17.00 Uhr	Kinderyoga 4-7 Jahre
	17.45-19.15 Uhr	Yoga sanfte Mittelstufe *
	19.30-21.00 Uhr	Yoga sanfte Mittelstufe*

Diedrichshagen, Am Stolteraer Ring 2 gültig ab 25.05.2020

Montag	09.00-10.10 Uhr	Pilates
	10.35-12.00 Uhr	Yoga Mittelstufe
	17.00-17.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
	18.20-19.30 Uhr	Pilates
	19.55-21.20 Uhr	Yoga Mittelstufe
Dienstag	08.00-09.05 Uhr	Yogalates
	09.30-10.40 Uhr	Pilates
	11.05-12.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
	17.00- 17.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
	18.20.-19.30 Uhr	Pilates
	19.45- 21.15 Uhr	Yoga Flow *
Mittwoch	10.30- 12.00 Uhr	Yoga Basic *
	16.00-17.15 Uhr	Yoga*
	17.30-19.00 Uhr	Yoga *
	19.30- 21.00 Uhr	Yoga für Kraft und Ausdauer *
Donnerstag	09.00-10.10 Uhr	Pilates
	10.35-11.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
	16.30-17.35 Uhr	Yogalates
	18.00-19.10 Uhr	Pilates
	19.35-21.05 Uhr	Yoga
Freitag	08.30-09.40 Uhr	Yoga für den Rücken
	10.05-11.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
	17.30-19.00 Uhr	Yoga

Kurse mit der Kennzeichnung * sind mit einer 5er/10er-oder Monatskarte buchbar.
Die geschlossenen Kurse sind nur als ganzer Kurs buchbar, auf Anfrage stehen freie Plätze auf 5er/10er- oder Monatskarte zur Verfügung.

Bitte zu allen Kursen telefonisch, per SMS oder WhatsApp anmelden!!!

Kurse, die nicht 24 Stunden vor Kursbeginn abgesagt werden, werden berechnet.

Anmeldung unter Katja 0172-38 254 38 www.artemedii.de
Anmeldung unter Sabine 0172-32 629 50 www.sabinehopp.de