

# Kursplan O|A|S|E

# 1. Halbjahr 2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	<b>QuiGong mit Christa 9:30 – 11:00 Uhr</b>		<b>Crossfit wechselnd 9:30 – 11:00 Uhr</b>	
	<b>Atelier der Sinne zur Marktzeit mit Angelika 12:30 – 13:30 Uhr</b>			
	<b>KinderSonnenYoga mit Julia 16:45 – 17:45 Uhr</b>			
<b>dynamisches Hatha YOGA mit Andrea 18:00-19:30 Uhr</b>				
	<b>YOGA Vinyasa Flow mit Julia 18:30-20:00 Uhr</b>			
		<b>Yoga Akzent mit Abdul 18:00-21:00 Uhr</b>		
			<b>Introduction to YOGA mit Anna 18:30-19:45 Uhr</b>	
				<b>Traditionelles Rishiculture Ashtanga Yoga, mit Markus 18:30 – 20:30 Uhr</b>

Weitere Infos unter: [www.joberg10.de](http://www.joberg10.de)