



# Kursplan 2021



raum & zeit

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>HATHA-YOGA</b> (mit Elementen aus dem Yin-Yoga)  9.00 – 10.30 Uhr  Heike				Mit <b>YOGA</b> dem Alltag entspannt begegnen  9.00 – 10.30 Uhr Heike	Workshops/ Individuelle Angebote  <a href="http://www.yogamore.koeln">www.yogamore.koeln</a>
Mit <b>YOGA</b> dem Alltag entspannt begegnen  17.45 – 19.15 Uhr  Heike	Mit <b>YOGA</b> dem Alltag entspannt begegnen  17.45 – 19.15 Uhr  Heike	<b>YOGA</b> Achtsam & aktiv Stress bewältigen  17.30 – 19.00 Uhr  Angela	<b>HATHA-YOGA</b> (mit Elementen aus dem Yin-Yoga)  17.45 – 19.15 Uhr  Heike		
	<b>HATHA-YOGA</b> (mit Elementen aus dem Yin-Yoga)  19.30 – 21.00 Uhr Heike	<b>YOGA</b> Achtsam & aktiv Stress bewältigen (mit Elementen aus dem Yin-Yoga)  19.15 – 20.45 Uhr Angela	Mit <b>YOGA</b> dem Alltag entspannt begegnen  19.30 – 21.00 Uhr  Heike	<b>Themen Workshops</b>  <a href="http://www.yogamore.koeln">www.yogamore.koeln</a>	