YogaFlowZug

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7:00			Pranayama, 06:30 - 07:00 Hatha Yoga 07:00 - 07:45				
8:00							
9:00		Vinyasa Flow Morgen 08:30 - 09:30			Hatha Yoga 08:30 - 09:30 mit Annina		
10:00				Sanftes Yoga 09:30 - 10:30 (Angebot für Alle)			
11:00						Externes Angebot ab 23.8.25 Vinyasa Flow mit Amanda Zavaleta	
12:00		Vinyasa Flow Lunch 12:15 - 13:15 mit Chantal					
13:00							
14:00							
15:00							
16:00		Männer Yoga (Golden Oldies) 16:00 - 17:30 Wiederstart im Okt '25					
17:00	Yoga in der Rückbildung 17:15 - 18:15						
18:00		Hatha Yoga Flow 18:00 - 19:30	Hatha Yoga 17:45 - 19:15	Aerial Yoga 18:00 - 19:15			
19:00	Yoga in der Schwangerschaft 18:30 - 19:30						
20:00	Hatha Yoga Flow 19:45 - 21:15	Yin Yoga & Yoga Nidra 19:45 - 21:15	Privatgruppe 19:30 - 20:30	Hatha Yoga Flow 19:30 - 21:00 mit Marion			
21:00							
22:00							

Anmeldung über Homepage (www.yogaflowzug.ch) oder grad direkt über das Buchungssystem (SportsNow).
Registration through the website or directly through our booking system (SportsNow).

Alle Lektionen finden vor Ort statt. Mit gekennzeichnet, gibt es diese Yogaeinheit auch per live-stream oder im Nachhinein als Video.
All lessons take place on site. Marked with this class is available by live-stream or recording.