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		Morning Flow 08:30 - 09:30			Hatha Yoga 08:30 - 09:30		
10:00							
11:00						Hatha Yoga Flow 10:00 - 11:30 (bis Ende August, bei schönem Wetter: im Freien)	
12:00		Lunch Flow 12:15 - 13:15 mit Chantal					
13:00							
14:00							
15:00							
16:00				Golden Oldies (Männer ü65) 16:00 - 17:30 (ab 05.11.26)			
17:00	Yoga in der Rückbildung 17:15 - 18:15		Hatha Yoga 17:45 - 19:15				
18:00		Hatha Yoga Flow 18:00 - 19:30		Aerial Yoga 18:00 - 19:15		Interesse an einem Raum? Es hat noch freie Zeiten! Bei Interesse melde dich bei: info@yogaflowzug.ch	
19:00	Yoga in der Schwangerschaft 18:30 - 19:30		Privatgruppe 19:30 - 20:30		Externes Angebot ab 19:00 Tanz dich frei! Breathwork.rocks		
20:00	Hatha Yoga Flow 19:45 - 21:15	Yin Yoga & Yoga Nidra 19:45 - 21:15		Moon Yoga 19:30 - 21:15 (ab Oktober 26)			
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 Videolektion.
All lessons take place on site. Marked with this class is available by live-stream or by video recording.