

MONTAG

16:00 - 17:00

Kinderyoga (4 - 6 Jahre)

Heike

17:00 - 18:30

Yoga für Beginner:innen
(Hatha Yoga)

Janine

19:30 - 21:00

Meditationsabend

Kristin

19:00 - 20:30

Frauenkreis

Janine

DIENSTAG

09:30 - 10:30

Kombambini

Heike

11:00 - 12:00

Kombambini

Heike

12:30 - 13:30

Kombambini

Heike

15:45 - 16:30

Eltern - Kind - Kurs

Anett

17:15 - 18:30

Schwangeren Yoga

Delke

19:00 - 20:30

Drachentor QiGong

Matthias

MITTWOCH

10:00 - 11:30

Birthlover - Schwangeren Yoga &
Geburtsvorbereitung

Delke

12:00 - 13:00

Babymassage

Delke

17:00 - 18:00

Yoga für die weibliche Mitte,
Beckenboden / Rectusdiastase

Delke

18:30 - 19:30

Yoga für Geübte
(Hatha Yoga)

Janine

20:00 - 21:00

Yoga Mittelstufe
(Hatha Yoga)

Janine

19:30 - 21:00

Meditationsabend

Kristin

DONNERSTAG

09:45 - 10:45

Kangatraining

Stefli

11:30 - 12:30

Yoga zur Rückbildung

Delke

17:00 - 18:00

Vinyasa Yoga

Grit

18:30 - 19:30

Vinyasa Yoga

Grit

18:00 - 20:00

Selbsterfahrungs - Kurs für mehr
Gesundheit & Lebensfreude

Tine

FREITAG

17:00 - 18:00

Shakti Yoga

Karoline

19:30 - 20:00

Klangreise
(1x monatlich)

Delke

SAMSTAG

18:00 - 20:00

Frauenkreis

Karolin

10:00 - 16:00

Massage Workshops

Delke

13:00 - 17:00

Flohmarkt

Von Freunden für Freunde



PRAXIS

KURSRAUM



www.wohklang-zentrum.de



Die Kurse **am Samstag** finden **nicht wöchentlich**, sondern an ausgewählten Terminen statt. Erkundige dich bei deinen Kursleiter:innen, um mehr Informationen zu erhalten.