|  |  |
| --- | --- |
| Montag | Donnerstag |
| 10:00 - 11:30  Hormonyoga  mit Anja | 9.30  Yoga auf dem Stuhl  mit Anja |
| 18:00 - 19:30  Yin- Faszien- Yoga  mit Anja | 18:30 - 20:00  Sup Yoga Indoor  mit Anja |