

# YOGA. BEWEGUNG. TANZ

GÜLTIG AB JUNI 2021

MONTAG

PROBESTUNDE UND  
ANMELDUNG  
JEDERZEIT MÖGLICH

15:30 - 16:15  
KINDERTANZ  
3-4,5 JAHRE

16:30 - 17:15  
KINDERTANZ  
4,5 - 6 JAHRE

18:00 - 19:00  
YOGA FÜR SCHWANGERE\*  
FÜR ALLE TRIMESTER

19:30- 20:45  
YIN YOGA & MEDITATION\*  
MEDITATIV & TIEF

DIENSTAG



MITTWOCH

09:15-10:15  
MAMA BABY YOGA\*  
10:30 - 11:30  
YOGA FÜR SCHWANGERE\*  
FÜR ALLE TRIMESTER



18:00 - 19:15  
YOGA BASIC\*  
FINDE DEIN YOGA

19:30 - 20:30  
HAPPY BACK \*  
GUTES FÜR RÜCKEN, SCHULTERN, NACKEN

DONNERSTAG

10:30 - 11:30  
YOGA RÜCKEN & FASZIEN\*  
KRÄFTIGEN, DEHNEN, ENTSPANNEN

15:30 - 16:15  
KINDERTANZ  
1-3 JAHRE  
16:30 - 17:15  
KINDERTANZ  
1-3 JAHRE

18:00 - 19:15  
YOGA BASIC\*  
YOGA FÜR EINSTEIGER

FREITAG

15:30 - 16:15  
KINDERTANZ  
1-3 JAHRE

16:30 - 17:15  
KINDERTANZ  
1-3 JAHRE

SAMSTAG

Workshops &  
RAUMVERMIETUNG  
ANMELDUNG UND  
WEITERE INFOS UNTER:  
YINUNDJANKA.DE

SONNTAG

Workshops & Specials  
ANMELDUNG UND  
WEITERE INFOS UNTER:  
YINUNDJANKA.DE

ALLE KURSE SIND GENERELL FÜR JEDEN GEEIGNET.  
DIE MIT \* GEKENNZEICHNETEN KURSE EIGNEN SICH  
BESONDERS GUT FÜR ANFÄNGER UND  
WIEDEREINSTEIGER.

- KURSE FÜR KINDER
- 4 / 8 WOCHEN BLOCK
- OFFENE KURSE

YIN UND JANKA - JANKA WESSLER - LUXEMBURGER ALLEE 21A - 45481 MÜLHEIM - SAARN



0151 579 718 19



INFO@YINUNDJANKA.DE



WWW.YINUNDJANKA.DE

