

aktuelles Programm

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
8 <sup>15</sup> -9 <sup>45</sup> Level I Rolf Hagemeier	8 <sup>15</sup> -9 <sup>30</sup> Yoga für Senioren Daniel Sauk	8 <sup>15</sup> -9 <sup>45</sup> Level I <b>+ Neulinge</b> Rolf Hagemeier	8 <sup>30</sup> -10 <sup>00</sup> Level I <b>+ Neulinge</b> Daniel Sauk			
					Einmal monatlich Samstags- Yoga-Unter- richt Level I (2 Zeit-Stunden) (Termine und Zeiten werden im Internet bekannt gegeben)	
14 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup> geschlossener Kurs Kinder Daniel Sauk						
		16 <sup>30</sup> -17 <sup>45</sup> Neulinge Rolf Hagemeier		16 <sup>00</sup> -17 <sup>30</sup> Level I Ralf Rösener		
17 <sup>00</sup> -18 <sup>30</sup> Level I Rolf Hagemeier	17 <sup>30</sup> -19 <sup>00</sup> Level II <b>+ Level I</b> Sabine Heydemann	18 <sup>15</sup> -19 <sup>45</sup> Neulinge Rolf Hagemeier	17 <sup>30</sup> -19 <sup>00</sup> Level I <b>+ Neulinge</b> Rolf Hagemeier	18 <sup>00</sup> -20 <sup>00</sup> Meditation		
19 <sup>00</sup> -20 <sup>30</sup> Neulinge Rolf Hagemeier	19 <sup>30</sup> -21 <sup>00</sup> Level I <b>+ Neulinge</b> Sabine Heydemann		19 <sup>30</sup> -21 <sup>00</sup> Level I <b>+ Neulinge</b> Sabine Heydemann			

**Neulinge:** Keine Erfahrung mit Iyengar-Yoga® ,

**Level I:** Mindestens 1 Jahr Iyengar-Yoga® Erfahrung

**Level II:** Mindestens 3 Jahr Iyengar-Yoga® Erfahrung

**Unterricht:** Iyengar-Yoga® (Hatha-Yoga)