



# STUNDENPLAN 2022

Stand: 01. April 2022. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>ENERGY FLOW</b> 06:30-07:30 All Levels Anna-Sophie	<b>FASZIEN-YOGA</b> 08:30-09:30 All Levels Doris	<b>RISE &amp; SHINE</b> 06:30-07:45 Level 1 Nicki	<b>FASZIEN-YOGA</b> 06:30-07:30 All Levels Doris		<b>RISE &amp; SHINE</b> 09:30-10:45 Level 1 Nicki	<b>MORNING GLOW</b> 08:30-09:30 All Levels 
<b>INSIDE FLOW</b> 17:45-19:15 Level 2 Nicki	<b>MINDFUL MOVES</b> 17:45-18:45 Level 1 Elisabeth	<b>STRONG &amp; SLOW</b> 17:45-19:00 Level 1 Doris	<b>ENERGY FLOW</b> 09:00-10:00 All Levels Anna-Sophie	<b>INSIDE FLOW (DE)LIGHT</b> 16:30-17:45 Level 1 Patricia	<b>STRETCH &amp; RELAX</b> 18:30-19:45 Level 1 Nicki	<b>BODY &amp; SOUL</b> 11:00-12:15 All Levels Nicki
<b>STRETCH &amp; RELAX</b> 19:45-20:45 All Levels Nicki	<b>YOGA BACK CARE</b> 19:15-20:30 All Levels Anita	<b>PURE FLEXIBILITY</b> 19:30-20:30 All Levels Patricia	<b>BODY &amp; SOUL</b> 17:30-18:45 All Levels Nicki	<b>BUDOKON® YOGA</b> 18:30-19:45 Level 1 Flo	<b>VINYASA YOUR LIFE</b> 18:30-19:45 Level 2 Nicki	<b>INSIDE FLOW</b> 15:00-16:30 Level 2 Nicki
			<b>VINYASA YOUR LIFE</b> 19:15-20:30 Level 2 Nicki			<b>SUNDAY CHILLOUT</b> 18:00-19:15 All Levels Birgit/Deborah



Diese Klassen werden zusätzlich Online live via zoom übertragen.



Recorded-Klasse: **Diese Klassen wurden vorab aufgezeichnet und finden NUR online statt!**

#### 🕒 ÖFFNUNGSZEITEN:

15 Minuten vor jeder Klasse.

📝 **ANMELDUNG:** Erforderlich unter [www.yoga-life.at/stundenplan](http://www.yoga-life.at/stundenplan)

#### 📊 WELCHES LEVEL PASST FÜR MICH?

**All Levels** ideal für deinen Yogaeinstieg

**Level 1** Intermediate, für fortgeschrittene Anfänger

**Level 2** Advanced, für Fortgeschrittene

#### 📢 AKTUELLE INFOS:

Bitte beachte den aktuellen Stundenplan für jede Woche auf [www.yoga-life.at](http://www.yoga-life.at), da es zu unvorhersehbaren Änderungen kommen kann.