

YOUR SPACE

YOGA AND MORE

Gertrud Sohler | Holzbachstraße 16 | 86356 Neusäß-Ottmarshausen



Alle Kursangebote einsehbar unter: www.your-space-augsburg.de

Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
					8:00-9:00 Pilates mit Susanne Ziegler, Kurs buchen: info@fitplusfidel.de
	9:00-10:30 Uhr Yoga für Schwangere mit Kerstin Hartmann, ab 17. April, Kurs buchen: kerstin.hartmann@posteo.de		9:00-10:15 Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler	9:00-10:15 Yoga Fortgeschrittene mit Gertrud Sohler	9:10-10:10 Pilates mit Susanne Ziegler, Kurs buchen: info@fitplusfidel.de
		10:00-11:15 Yoga Basiskurs 60+ mit Gertrud Sohler			10:30-11:30 Pilates Kathleen Böttger, Kurs buchen: lenesport@gmx.de
	15:30 -16:45 Uhr Hatha Yoga mit Davina Hübler de Castro, ab Mai. Kurs buchen: yoga.nirodha@gmx.de		15:30-17:00 Faszien Yoga bei Davina Hübler de Castro, ab Mitte April, Kurs buchen: yoga.nirodha@gmx.de		
		16:30-17:30 Engpassdehnung nach Liebscher & Bracht , ab Mai mit Davina Hübler de Castro, Kurs buchen: yoga.nirodha@gmx.de	17:30-18:45 Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler	16:15-17:30 Yoga Basiskurs für Jugendliche 13-17 J. mit Davina Hübler de Castro Kurs buchen: yoga.nirodha@gmx.de	
	18:00-19:15 Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler	18:15-19:30 Yoga Fortgeschrittene mit Gertrud Sohler		18:00-19:30 Hatha Yoga mit Davina Hübler de Castro, Kurs buchen: yoga.nirodha@gmx.de	18:15-19:30 Hatha Yoga nach Yesudian, Basiskurs mit Angelika Gleißner, Kurs buchen: geli.gleissner@gmx.de
19:00-21:00 Authentische Bewegung, vom Selbst bewegt sein mit Karin Winter, 14-tägige Veranstaltung, Kurs buchen: karin.c.winter@web.de	19:30-20:45 Yoga Fortgeschrittene mit Gertrud Sohler	19.45-21:00 Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler	19:00-20:00 Heartfulness Meditation Offenes Angebot, keine Kursgebühr.	19:45-21:00 Hatha Yoga mit Davina Hübler de Castro, ab Mitte April, Kurs buchen: yoga.nirodha@gmx.de	
				20:00-21:15 Indischer Tanz Fortgeschrittene (im Haus Tobias, Stenglinstr. Augsb.), mit Gertrud Sohler	