

HERMANS

WOHNZIMMER

Yogaplan / Yoga Schedule

	Montag / Monday	Dienstag / Tuesday	Mittwoch / Wednesday	Donnerstag / Thursday	Freitag / Friday	Samstag / Saturday	Sonntag / Sunday
7 – 8 Uhr		Anyyogi 7.30 – 8.30	Yogagold 7.30 – 8.30				
8 – 9 Uhr							
9 – 10 Uhr	Rajesh 9.30 – 11.00						
10 – 11 Uhr			Yo! Ga. Raps 10.30 – 11.45 Anouk			POP UP YOGA * 10.00 – 11.30 div. Teachers	WE ARE YOGA 10.30 – 11.45
11 – 12 Uhr							
12 – 13 Uhr	Verena / Hatha flow 12.15 – 13.15		Yin Yoga mit Thorsten 12.00 – 13.00	Yogagold 12.15 – 13.15	Somo Yoga 12.00 – 13.00		Yoga Lia 12.15-13.45
13 – 14 Uhr							
14 – 15 Uhr							Jackey / Mein Tempel* 14.00-15.30 Wing Chun
15 – 16 Uhr						Lisa & Jackey / MeinTempel* 15.00-17.00 Special	
16 – 17 Uhr							
17 – 18 Uhr							Rajesh 17.00 – 18.30
18 – 19 Uhr	Power Vinyasa mit Thorsten 18.00 – 19.00	Solveig 18.00 - 19.00	Claudia / Vinyasa Yoga 18.00 – 19.15		Somo Yoga 18.15 – 19.30 Meditation bis 20.00		
19 – 20 Uhr	WE ARE YOGA 19.30 – 20.45	David Suivez 19.30 – 21.00 Movement Masterclass "Playdate"	POP UP YOGA * 19.30 – 21.00 Debora	Yogagold 19.00 – 20.30			
20 – 21 Uhr					Jackey / Mein Tempel* 20.15-21.45 Wing Chun		
21 – 22 Uhr							

*Anmeldungen sind nur über die jeweiligen Instrukturen möglich. / Reservations are only possible directly with the instructors.

CONTACT

Somo Yoga: www.somoyoga.ch

David: www.davidsuivez.com

POP UP YOGA: www.popupyoga.ch

Yogagold: www.yogagold.ch

WE ARE YOGA: www.facebook.com/WE-ARE-YOGA-248835988628801

Lia: www.yoga-lia.ch

Mein Tempel/Lisa & Jackey: www.meintempel.ch

Thorsten: www.yogamitthorsten.ch

Züriyoga/Andrea: www.zueri-yoga.ch

Anyyogi/Natalie: www.anyyogi.com

Rajesh: yogachaitanya.ram@gmail.com

Verena: verenaweiss@yahoo.de

Claudia: claudia.fehlmann@hotmail.com