

YOUR SPACE

YOGA AND MORE

Holzbachstraße 16 | 86356 Neusäß-Ottmarshausen



Alle Kursangebote einsehbar auf unserer Webseite: www.yourspace-augsburg.de

Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		8:30-9:45 Uhr Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler			8:00-9:00 Uhr Pilates mit Susanne Ziegler
	9:00-10:15 Uhr Hatha Yoga nach Sivananda mit Constanze Busch		9:00-10:15 Uhr Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler	9:00-10:15 Uhr Yoga Fortgeschrittene mit Gertrud Sohler	9:10-10:10 Uhr Pilates mit Susanne Ziegler
	10:45-11:45 Uhr Hatha Yoga 60+ mit Constanze Busch	10:00-11:15 Uhr Yoga Basiskurs 60+ mit Gertrud Sohler		10:45 -12:00 Uhr Rückbildung mit Sandra Zitzler	10:30-11:30 Uhr Pilates mit Lene Böttger
	15:30-16:30 Uhr Babymassage mit Sandra Zitzler	15:30-16:30 Uhr Happy Baby Dance mit Sandra Zitzler		16:40-17:40 Uhr Pilates mit Lene Böttger	15:00-16:00 Uhr Rezitation mit Gertrud Sohler (jeden 1. Fr. im Monat)
		16:15-17:30 Uhr Engpassdehnung nach Liebscher & Bracht mit Davina Hübler de Castro	16:00-16:45 Uhr Yoga für Kinder 3-6 Jahre mit Andrea Mayerhofer		16:30-17:45 Uhr Yin Yoga mit Ursula Rauner
			17:15-18:30 Uhr Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler		
	18:00-19:15 Uhr Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler	18:15-19:30 Uhr Yoga Fortgeschrittene mit Gertrud Sohler	18:45-20:00 Uhr Hearfulness Meditation Offenes Angebot, keine Kursgebühr	18:00-19:30 Uhr Hatha Yoga mit Davina Hübler de Castro	18:15-19:30 Uhr Hatha Yoga nach Yesudian, Basiskurs mit Angelika Gleißner
				18:45-19:45 Uhr Indischer Tanz Basiskurs mit Alexandra Ritter (im Haus Tobias, Stenglinstr. 7, Augsburg)	
19:00-21:00 Uhr Authentische Bewegung, vom Selbst bewegt sein mit Karin Winter 14-tägige Veranstaltung	19:30-20:45 Uhr Yoga Fortgeschrittene mit Gertrud Sohler	19.45-21:00 Uhr Yoga Basiskurs mit Gertrud Sohler	19:45-21:00 Uhr Hatha Yoga Flow, alle Level mit Verena Hahn	19:45-21:00 Uhr Hatha Yoga mit Davina Hübler de Castro	19:45-21:00 Uhr Hatha Yoga mit Davina Hübler de Castro

Kursanmeldung über unsere Webseite: www.your-space-augsburg.de
oder per E-Mail an info@your-space-augsburg.de

Stand: 03/2024