



Herzens-Tempel Kursplan

Montag

8.15-9.45 Uhr 

Ashtanga Yoga

Yulivee

10.00-11.00 Uhr

Frauen-Kreis

Melina

14.45-16.15 Uhr 

Beckenboden Yoga

Yulivee

16.30-17.30 Uhr 

Yoga & Krebs

Regula

17.45-19.15 Uhr 

Yin Yoga

Regula

19.30-21.00 Uhr 

Yin & Yang Yoga

Regula

Dienstag

10.00-11.00 Uhr

Babymassage

Stephanie

17.00-18.15 Uhr 

Hatha Yoga

Melanie

18.30-19.45 Uhr 

Hatha Yoga

Melanie

20.00-21.00 Uhr 

Aerial Yoga

Melanie

Mittwoch

8.00-9.15 Uhr 

Yoga & Angst

Yulivee

9.30-10.45 Uhr 

Gentle Flow

sanftes Vinyasa-Yoga

Christine

17.45-19.00 Uhr 

Hatha-Vinyasa Yoga

Alexandra

19.15-20.30 Uhr 

Gentle Flow

sanftes Vinyasa-Yoga

Christine

Donnerstag

8.00-9.00 Uhr 

Pilates für Frühaufsteher

Stephanie

9.15-10.15 Uhr 

Pilates Mama & Baby

Stephanie

10.30-11.30 Uhr 

Aerial Yoga

Melanie

16.45-18.00 Uhr 

Hatha-Vinyasa Yoga

Alexandra

18.15-19.45 Uhr 

Yoga & Krebs

Regula

20.00-21.30 Uhr

Männerkreis

Sebastian

Freitag

11.00-12.15 Uhr 

Sacred Embodied Breathwork

Emine

Samstag-Sonntag

Seminare/ Workshops/ Vorträge

Aktuelles unter
www.herzens-tempel.de

Sanftes 
Vinyasa-Yoga
jeden 1. Sonntag
im Monat.