

Kursplan Om-Tare e.V. 2019

Montags 17:30 – 19:00 Uhr

- 07.01.2019 – 11.03.2019 Hatha Yoga Anfänger und Wiedereinsteiger
- 25.03.2019 – 03.06.2019 Hatha Yoga Anfänger und Wiedereinsteiger
- 17.06.2019 – 19.08.2019 Hatha Yoga Anfänger und Wiedereinsteiger
- 02.09.2019 – 04.11.2019 Hatha Yoga Anfänger und Wiedereinsteiger

Montag 20:00 – 21:30 Uhr

- 07.01.2019 – 11.03.2019 Hatha Yoga Wiedereinsteiger
- 25.03.2019 – 03.06.2019 Hatha Yoga Wiedereinsteiger
- 17.06.2019 – 19.08.2019 Hatha Yoga Wiedereinsteiger
- 02.09.2019 – 04.11.2019 Hatha Yoga Wiedereinsteiger

Dienstag 20:00 – 21:30 Uhr

26.03.2019 – 28.05.2019 Anfänger I
11.06.2019 – 13.08.2019 Anfänger II
27.08.2019 – 29.10.2019 Anfänger I

Mittwoch 17:00 – 18:30 Uhr

- 09.01.2019 – 13.03.2019 Yoga für Frauen (Hormon)
- 27.03.2019 – 05.06.2019 Yoga für die Faszien
- 19.06.2019 – 21.08.2019 Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger
- 04.09.2019 – 06.11.2019 Yoga für die Faszien

Donnerstag 9:00 – 10:00 Uhr

- 10.01.2019 – 14.03.2019 Yoga auf dem Stuhl 10/60
- 28.03.2019 – 06.06.2019 Yoga auf dem Stuhl 10/60
- 27.06.2016 – 29.08.2019 Yoga auf dem Stuhl 10/60
- 12.09.2019 – 21.11.2019 Yoga auf dem Stuhl 10/60

Donnerstag 10:30 – 12:00 Uhr

- 10.01.2019 – 14.03.2019 Faszienyoga 10/90
- 28.03.2019 – 06.06.2019 Faszienyoga 10/90
- 27.06.2016 – 29.08.2019 Faszienyoga 10/90
- 12.09.2019 – 21.11.2019 Faszienyoga 10/90

Donnerstag 17:30 – 19:00 Uhr

- 10.01.2019 – 14.03.2019 Anfänger I
- 28.03.2019 – 06.06.2019 Anfänger II
- 27.06.2016 – 29.08.2019 Anfänger I
- 12.09.2019 – 21.11.2019 Anfänger II

Donnerstag 20:00. – 21:30 Uhr

- 10.01.2019 – 14.03.2019 Sanfter Rücken
- 28.03.2019 – 06.06.2019 Sanfter Rücken
- 27.06.2016 – 29.08.2019 Sanfter Rücken
- 12.09.2019 – 21.11.2019 Sanfter Rücken