



Kurse 2018

Kirsten



Monika



Petra



Siegmar



Willkommen im Domagkpark-Yoga für Vini-Yoga

Kommen Sie zu einer Probestunde vorbei!

Vini-Yoga ist:

- individuell anpassbar, achtsam, ohne Leistungsdruck
- gesundheitsfördernd, praktizierbar für jeden
- das Zusammenspiel aus Körper, Atem und Geist
- nicht fitness-betont

Einstieg jederzeit möglich - Alle Kursleiter mit 4-jähriger Ausbildung



Änderungen vorbehalten. Den aktuellsten Stundenplan finden Sie auf der Webseite.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00 bis 09:00 Uhr Vini-Yoga * Monika - Gestärkt in den Tag				08:00 bis 09:00 Uhr Vini-Yoga * Monika - Gestärkt in den Tag
09:15 bis 10:30 Uhr Vini-Yoga * Monika - Sanfte Kraft des Yoga				09:15 bis 10:30 Uhr Vini-Yoga * Monika - Sanfte Kraft des Yoga
		12:30 bis 13:00 Uhr Yoga-Angebot siehe Webseite		12:30 bis 13:00 Uhr Yoga-Angebot siehe Webseite
		16:15 bis 17:15 Uhr Vini-Yoga Petra - Kinder 4-8 Jahre		
18:00 bis 19:15 Uhr Vini-Yoga Kirsten - Nur Yoga		18:00 bis 19:15 Uhr Vini-Yoga Petra – Entspannung durch Yoga		
19:30 bis 20:45 Uhr Vini-Yoga Siegmar - Achtsamer Yoga	19:00 bis 21:30 Uhr Siegmar - MBSR-Kurs	19:30 bis 21:00 Uhr Yoga-Angebot siehe Webseite	20:00 bis 21:15 Uhr Vini-Yoga Petra – Entspannung durch Yoga	

* Kurse von **Monika** werden von den Krankenkassen bezuschusst.

Adresse: Fritz-Winter-Strasse 3, 80807 München, 089 / 74 79 32 39

Anfahrt: Bus 50: Gertrud-Grunow-Str. Tram 23: Domagkstr. U6: Alte Heide

Anmeldung erforderlich bei der jeweiligen Kursleitung:

Monika: 0172 975 2880 **Kirsten:** 0172 826 1039 **Petra:** 0160 966 66936

Siegmar: 01520 989 3633 **Mail senden an:** info@domagkpark-yoga.de