

Stundenplan 2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.30			Morgenklasse mit Michaela 9.30 -10.30 Uhr			Wochenende-Programme	Wochenende-Programme
10.30		Morgenklasse mit Ewa 10.30 -11.30 Uhr		Morgenklasse mit Andrea 10.30 -11.30 Uhr			
12.15		Mittagsklasse mit Michela 12.15 -13.15 Uhr		Mittagsklasse mit Andrea 12.15 -13.15 Uhr		Daten auf: www.samatvam.ch	Daten auf: www.samatvam.ch
17.30							
18.00	Stärkende Yogaklasse mit Yoga Nidra mit Patricia 18.00-19.30 Uhr	Sanfte Yogaklasse mit Michaela 18.00-19.00 Uhr	Stärkende Yogaklasse mit Michaela 18.00-19.00 Uhr	Stärkende Yogaklasse mit Yoga Nidra mit Ewa 18.00-19.30 Uhr		Mantra & Kirtan 17.00-18.00 Uhr Chanting Team	
19.15		Vertiefender Yogakurs mit Ewa 19.15 - 21.00 Uhr	Vertiefender Yogakurs mit Ewa 19.15 - 21.00 Uhr				
19.45	Vertiefender Yogakurs mit Patricia 19.45 - 21.30 Uhr			Vertiefender Yogakurs mit Michaela 19.45 - 21.15 Uhr			

Graue Felder: Diese Klassen können ohne Anmeldung flexibel besucht werden.

Rosa Felder: Diese Klassen sind geschlossene Kurse, der Einstieg ist jederzeit möglich, bitte anmelden via info@samatvam.ch