

Sonntagsklassen

Oktober & November 2019

Jeweils von 11:00 – 12:30 im VOLTA YOGA St. Johann, Mülhauserstrasse 50

D= Deutsch, E= Englisch

Datum	Klasse	Level/ Sprache	LehrerIn
6. Oktober	*Breath By Breath* Vinyasa	1-2 E	Marie
13. Oktober	*Element Feuer* Slow Vinyasa	1-2 D	Charlotte
20. Oktober	*Inner Peace* Hatha & Nidra	1 E	Anika
27. Oktober	*SOHAM* Vinyasa	1-2 E	Tina
3. November	*Open Sensation* Vinyasa	1-2 E	Sandi
10. November	*Innere Mitte* Vinyasa & Yin	1-2 D	Michèle
17. November	*Embrace Yourself* Vinyasa	1-2 D	Rahel
24. November	*HARA- Deine Mitte* Hatha	1 D	Nico