



KURSPLAN

**Phönix Yoga & Pilates
Yogaraum Meldorf**

18.10.-16.12.2021

Alle Kurse im Yogaraum Meldorf laufen ab 18.10. für 8 Termine, außer Hatha Yoga donnerstags

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8.00-10.30 Uhr	08.00-8.15 Atemyoga online					Workshops nach Ankündigung auf der Website
10.30-12.00 Uhr						
12.00-13.00 Uhr						
15.00-16.30 Uhr						
16.30-18.00				17:00-17:30 Atemyoga Workshop online für Krebspatientinnen und -patienten**		
18.00-19.30 Uhr	18.20-19.35 Uhr Hatha Yoga Anfänger & Vorkenntnisse 8 Termine	17:45-19.00 Uhr Hatha Yoga für Anfänger & Wiedereinsteiger 8 Termine Präventionskurs (*KV)	18.00-19.00 Uhr Pilates Präsenz oder online 8 Termine	18.00-19.15 Hatha Yoga Anfänger & Vorkenntnisse ab 04.11. , 6 Termine		
19.30-21.00 Uhr			19.30-20.30 Uhr Meditation für Anfänger Start: 03.11.21 5 Termine	19.30-20.45 Yin & Hatha Yoga Anfänger & Vorkenntnisse Präsenz oder online 8 Termine		

Yogaraum Meldorf

Online

Yakuza Dojo Bargenstedt

*KV= Förderung durch die Krankenkassenversicherung mögl.

**Anmeldung über: krebgesellschaft-sh.de