



# Samata Yoga

## Kursplan

Dienstag	Donnerstag
09:00-10:15 Uhr <b>Happy Belly Yoga</b> - Schwangerenyoga 8 x 75 min	09:00-10:15 Uhr <b>MornYINg Aroma Yoga</b> - dein dufter Yin Yogakurs 8 x 75 min
10:45-12:00 Uhr <b>Wunderzeit Yoga</b> - Mama-Baby Yoga 8 x 75 min	10:30-11:45 Uhr <b>Yoga für Anfänger</b> - dein sanfter Yogastart 8 x 75 min
17:30-18:45 Uhr <b>Beckenbodenyoga</b> - perfekt auch nach der Geburt 8 x 75 min	17:30-18:45 Uhr <b>Happy Belly Yoga</b> - Schwangerenyoga 8 x 75 min
19:00-20:30 Uhr <b>Vinyasa Yoga</b> - dynamische Flows	19:00-20:30 Uhr <b>Yin Yoga</b> - entspanne in lang gehaltenen Asanas

Einzel oder in Verbindung mit einer 10er oder 10er Karte Flex buchbar.

Als Kurs oder mit 10er Karte Flex buchbar.

Preise und Kurstermine entnehme bitte meiner Homepage.

Nicole Schäfer  
Telefon: 0160 / 96 74 71 66

Yogaraum im Hotel-Restaurant Winzerhof  
Maikammerer Str. 22  
67487 St. Martin

relax@samata-yoga.de  
www.samata-yoga.de