

CHITTAMA YOGA KURSE

Kursplan ONLINE *Live über Zoom.*



CHITTAMA®
Culture Change

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10.00 - 11.30 Uhr				Chittama® Yoga Birthing 10-11:15 Uhr Postnatal Yoga <i>Lina</i>			Chittama® Heilyoga Sunday Special <i>Marion</i>
12.00 - 13.00 Uhr				Chittama® Yoga Home Office Break <i>Lina</i>			
13.00 - 14.00 Uhr		Chittama® Yoga auf dem Stuhl <i>Sabine</i>					
16.00 - 17.15 Uhr				Chittama® Yoga Birthing Pränatal Yoga <i>Yvonne / Lina</i>	Chittama® Birthing Geburtsvorbereitungskurs 16.00 - 19.00 Uhr <i>Yvonne</i>		
18.00 - 19.30 Uhr	Chittama® Yoga Heilyoga <i>Sabine</i>	Chittama® Yoga Mindfulness Special <i>Ute</i>	Chittama® Yoga Heilyoga <i>Sabine</i>	Chittama® Yoga für einen beweglichen Rücken <i>Tanja</i>			
19.45 - 21.15 Uhr		Chittama® Yoga für Männer <i>Rudi</i>		Chittama® Yoga für dein Yin <i>Tanja</i>			
20.00 - 21.30 Uhr	Chittama® Achtsamkeitskurs für Mamas <i>Marion</i>		Chittama® Yoga Chakra Special 20-21:15 Uhr <i>Lina</i>		Chittama® Meditation 20-21 Uhr <i>Marion / Lina</i>		

Mehr Infos unter: www.chittama.de