



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 - 10:00 Pilates	09:45 - 10:45 Yoga		09:00 - 10:00 Pilates		10:00 - 10:50 Deep Work	
					11:00 - 12:00 Pilates	
					12:15 - 13:30 Yoga I + II	
				16:30 - 17:30 Pilates mit Yoga		
18:30 - 19:30 Pilates		17:45 - 19:15 Yoga II + III	18:00 - 19:00 Pilates	17:45 - 19:00 Yoga I - II für den Rücken		18:00 - 19:30 Yoga I + II **
19:45 - 21:15 Yoga I + II (Pranayama*)	19:00 - 20:00 Rückenfitness mit Pilates		19:15 - 20:45 Yoga I + II			
	20:15 - 21:30 Moonlight Yoga					

* jeden 1. Montag im Monat | ** jeden 3. Sonntag im Monat | I - Anfänger | II - Mittelstufe | III - Fortgeschrittene

Stand: Juli 2017 | Planänderungen vorbehalten | Weitere Termine auf Nachfrage

Flower - Yoga & Pilates Studio
 Germanenstr. 44 | 33647 Bielefeld
 Mail: yoga-pilates-studio@gmx.de
 Telefon: 05202 / 99 89 69
 Mobil: 0176 / 784 991 58