

Kursplan YOGO Yogastudio

Herbst 2022

19. September - 24. Februar 2022

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

09:00 - 10:00 Soft Yoga Sanfte Aktivierung (Helga)

08:30 - 09:30 Morgenyoga Starte locker in den Tag (Helga)
--

18:15 - 19:15 Power Yoga Flow & Vinyasa (Helga)	18:00 - 19:00 Yogavariation für Mittelstufe (Helga)
--	--

17:10 - 18:00 Yoga für Schwangere (Theresa)
--

19:30 - 20:30 Power Yoga Flow & Vinyasa (Helga)		19:00 - 20:00 Yoga SOFT (Verena, Lisa)	18:30 - 19:30 Yoga Mittelstufe für den Rücken (Petra F.)
--	--	--	---

FREI
für
Seminare
und
Vorträge

Raum I - YOGO Studio Grieskirchen
Raum II - YOGO Balance - Massagen
Personaltraining nach Vereinbarung
Winterpause: 23.12.2022 - 15.1.2023

6er Block	78 €
12er Block	145 €
Einzelstunde Gruppe	15 €

Wer eine Yogaeinheit versäumt hat, oder im Vorhinein konsumieren möchte, kann nach Rücksprache, im gebuchten Kurszeitraum, eine andere YOGO Einheit besuchen, oder jemanden in eine Yogastunde einladen und mitnehmen.
Für Stunden externer Trainer oder Therapeuten gelten deren Preise und Gutscheine

HELGA SCHÖRGENDORFER	0664 / 170 189 5	www.yogo.at	helga@yogo.at
YOGO Yogastudio, Oberer Stadtplatz 7, 4710 Grieskirchen			