

Kursplan ab Juni 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	09:00 Uhr Angela Slow flow* Freiraum-Yoga		09:00 Uhr Angela Happy mind* Yogatherapie	08:30 Uhr Angela Good Morning Yoga*	Workshops & Events
18:00 Uhr Angela Good vibes only* Yogatherapie - Rücken	17:30 Uhr Angela Aerial Yoga				
19:30 Uhr Angela Fly high - Aerial Yoga Antigravity- Yoga nach Christopher Harrison	19:15 Uhr Angela Yoga meets... Yoga mit Zusatzgewichten: Kettlebell, Bodyweight	20:00 Uhr Sandy Power Pilates*	19:00 Uhr Angela Feel free* Therap. Freiraum Yoga, Rücken & Aroma im Studio		
					Sonntag
					Workshops & Events

* Hybridkurse: Finden im Yogastudio statt und werden gleichzeitig live online übertragen

Kontakt: **Angela Bräutigam**, ärztl gepr. Yogalehrerin und Yogatherapeutin RYT

Elzestraße 3
 63755 Alzenau

Telefon: 0176 - 613 807 34
 E-Mail: info@yoga-freiraum-alzenau.de
 Homepage: www.yoga-freiraum-alzenau.de

Kursbuchung unter
www.yoga-freiraum-alzenau.de

