

HERMANS

WOHNZIMMER

Studioplan / Studio Schedule

	Montag / Monday	Dienstag / Tuesday	Mittwoch / Wednesday	Donnerstag / Thursday	Freitag / Friday	Samstag / Saturday	Sonntag / Sunday
7 – 8 Uhr	Rajesh 7.00 – 08.30		Rajesh 7.00 – 08.30		Yoga für Schwangere* (open levels) 7.30 – 8.45		
8 – 9 Uhr		Danila Yoga / Gentle Morning Flow* 8.30 - 9.30		Kind is cool - Yoga Ashtanga Vinyasa mit Melanie 8.30 - 9.30			
9 – 10 Uhr							
10 – 11 Uhr						POP UP YOGA* 10.00 – 11.30 div. Teachers	WE ARE YOGA 10.30 – 11.45
11 – 12 Uhr							
12 – 13 Uhr	Verena / Hatha flow 12.15 – 13.15		Yo!Ga.Raps / Anouk* 11.45 – 13.00	Yogagold 12.15 – 13.15	SUMARA Yoga 12.00 – 13.00	Warrior Yoga* 12.15 - 13.45	Kind is cool - Yoga Hatha mit Lia 12.15-13.45
13 – 14 Uhr							
14 – 15 Uhr							Jackey / Mein Tempel* 14.00-15.30 Wing Chun
15 – 16 Uhr			Jungle Kids Yoga* 15.00 - 15.45			Jackey / Mein Tempel Special* 14.00 - 17.00	
16 – 17 Uhr							
17 – 18 Uhr					Kinder Kung Fu* 17.00 – 18.00 (7-16 Jahre)		Rajesh 17.00 – 18.30
18 – 19 Uhr	Power Vinyasa mit Thorsten 18.00 – 19.00	Somo Yoga 18.00-19.00	Jackey / Mein Tempel* 17.45-19.15 Wing Chun	Yoga mit Natalie Thurner* 17.45 - 18.45	Somo Yoga 18.15 – 19.30 Meditation bis 20.00		Yoga mit Corinne 18: 45 - 20:00
19 – 20 Uhr	WE ARE YOGA 19.30 – 20.45	David Suivez 19.30 – 21.00	POP UP YOGA* 19.30 – 21.00	Yogagold 19.00 – 20.30			
20 – 21 Uhr		Movement Masterclass "Playdate"	Debora		Jackey / Mein Tempel* 20.15-21.45 Wing Chun		
21 – 22 Uhr							

*Anmeldungen sind nur über die jeweiligen Instrukturen möglich. / Reservations are only possible directly with the instructors.

CONTACT

Somo Yoga: www.somoyoga.ch
Somo Yoga: somoyoga@gmail.com
Somo Yoga: 0041 78 677 46 13
David: www.davidsuivez.com
POP UP YOGA: www.popupyoga.ch

WE ARE YOGA: www.facebook.com/WE-ARE-YOGA-248835988628801
Lia: www.yoga-lia.ch
Mein Tempel/Lisa & Jackey: www.meintempel.ch / lisaramstein@meintempel.ch
Mein Tempel/Lisa & Jackey: WhatsApp: 0041 79 365 17 78
SUMARA Yoga: <https://www.aniasumara.com/yoga>

Thorsten: www.yogamitthorsten.ch
Verena: verenaweiss@yahoo.de
Rajesh: www.vedicyogavision.com
Stephanie: stefehr@icloud.com
Melanie: www.ashtangavinyasa.ch

Natalie: Yoga.breath.life@gmail.com
Danila Yoga: danilayoga.ch
Corinne: corinne_d@outlook.com
Marine: marine.albizzati@gmail.com
Anouk: nievergeltanouk@gmail.com