



Sommer 2021

**DAS YOGASTUDIO
IM HERZEN VON GRAZ**
Schnuppereinheit € 8 statt € 16
Schnupperwoche € 25
WWW.CITYYOGA.AT

STUNDENPLAN 1. JULI - 30. SEPTEMBER

	MONTAG			DIENSTAG			MITTWOCH			DONNERSTAG			FREITAG			SAMSTAG			SONNTAG		
	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama	Lotus	Prana	Yama
VORMITTAG	9-10:15 INTENSIVE FLOW (AL) A	9-10 YOGA KENNT KEIN ALTER (AL)		7-8 MORNING YOGA (AL) Juli & September A	9-10:15 SUNRISE (AL)		7:45-9 UP LEVEL YOGA (*** A) bis 7.7./ab 1.9.			8-9:15 MORNING FLOW (AL) A			7-7:45 MORNING YOGA (AL) A	9:15-10:30 SUNNY SIDE UP (AL)		9:30-10:45 ab 11.Sept. 9-10:15 WEEKEND WELCOME YOGA (AL)			9:30-10:45 SUNDAY MORNING YOGA (AL) September		
										10-11 MAMAS & BABYS			9:30-10:45 HAPPY BELLY Yoga für Schwangere A			11-12 MAMAS & BABYS Juli & September	10:30-11:45 WEEKEND BLISS (AL) ab 11. September				
NACHMITTAG									12:45-14 LUNCH YOGA (AL) 28.7./4.8./18.8. & ab September					13:45-15 BODY & SOUL (AL) September							
	16:45-17:45 YOGA BASICS OPEN (AL) September A	16:45-18 YOGA FÜR NACKEN & RÜCKEN (*)		16-17:15 YIN YOGA (AL) ab 21. September			16:15-17:30 HAPPY BELLY Yoga für Schwangere A			15-16:15 GKK YOGA (geschlossene Gruppe) September			15:30-16:50 FLOWING PRANA bis 16.7 / ab 10.9. A	17:15-18:30 BODY & SOUL (AL) Juli & August							
ABEND	18:15-19:30 YOGA ON BALANCE (AL) bis 5.7./ab 13.9. A	18:15-19:30 BODY & SOUL (AL)		17:45-19:15 YOGA BASISKURS Juli & September	18-19:15 LUNA YOGA FÜR FRAUEN (AL)		17:45-19 BODY & SOUL (AL)			18-19:15 YOGA THERAPIE (AL) A	18-19:15 VINYASA FLOW (**)										18-19:15 SUNSET YOGA & MEDITATION (AL)
	20 BUDDH. MEDI-TATION Juli&Sept.	19:45-21 h YOGA IN ENGLISH (AL) September		19:30-20:45 POWER & BALANCE (**)	20-20:45 ABEND MERIDIAN YOGA (AL) bis 21.7./ ab 29.9. A		19:30-20:45 YOGA FÜR NACKEN & RÜCKEN (AL)			19:45-20:45 YOGA BASICS OPEN (AL) A	12.7./19.7./19.8./30.9. 19:30-20:45 GONG BAD (AL)										

STUDIO
HYBRID CLASS
ONLINE
KURS
A AUFZEICHNUNG bis Montag Morgen

aktueller Stundenplan online: www.cityyoga.at/stundenplan