

# Belegungsplan • Raum der Bewegung und Entspannung • September - Dezember 2025

Raum für Bewegung und Entspannung • Alexandra Schuhmann-Weiß • kontakt@circleyoga.de • 08031.7976555

| Montag                                                                  | Dienstag                                                                             | Mittwoch                                                                                      | Donnerstag                                                              | Freitag                                                                                     | Samstag                 | Sonntag                 |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|
|                                                                         | <b>9:00 - 10:15</b><br><b>YOGA for EveryBody*</b><br>Sabine<br>laufende Termine      | <b>9:00 - 10:00</b><br><b>10:30 - 11:30</b><br><b>Qi Gong***</b><br>Svenja                    |                                                                         | <b>9:00 - 10:30</b><br><b>Yoga</b><br>Alexandra<br>17.10. - 19.12.2025                      | wechselnde Tages Events | wechselnde Tages Events |
|                                                                         |                                                                                      |                                                                                               |                                                                         | <b>17.00 - 18.00 Uhr</b><br><b>Qi Gong***</b><br>Svenja<br>in Planung                       |                         |                         |
| <b>18:00 - 19:30</b><br><b>Yoga</b><br>Alexandra<br>13.10. - 15.12.2025 | <b>18.00 - 19.00 Uhr</b><br><b>Yoga**</b><br>Anna<br>laufende Termine                | <b>17.30 - 19.00</b><br>14-tägig im Wechsel<br>Yoga regulär - Yin Yoga<br>15.10. - 17.12.2025 | <b>17:45 - 18:45</b><br><b>Qi Gong***</b><br>Svenja                     | <b>18.30 - 20.30</b><br><b>spiritueller Frauenkreis</b><br>Alexandra<br><b>1x monatlich</b> |                         |                         |
| <b>20:00 - 21:30</b><br><b>Yoga</b><br>Alexandra<br>13.10. - 15.12.2025 | <b>19:45 - 21:00 Uhr</b><br><b>YOGA for EveryBody*</b><br>Sabine<br>laufende Termine | frei zur Belegung                                                                             | <b>19:30 - 21:00</b><br><b>Yoga</b><br>Alexandra<br>16.10. - 11.12.2025 |                                                                                             |                         |                         |

Kurse mit \* \*\* \*\*\* Platzverfügbarkeit und Preise bitte bei den externen Kursleiterinnen anfragen

|                                                                         |                                                                                             |                                                                       |                                                                                    |                                                                                                      |                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Raum der Bewegung und Entspannung</b><br>Alexandra<br>Schuhmann-Weiß | <b>YOGA for EveryBody*</b><br>Sabine Behringer<br>0160.96655362<br>mail@sabine-behringer.de | <b>Yoga**</b><br>Anna Riedl<br>0157.51752682<br>kontakt@anna-riedl.de | <b>Qi Gong***</b><br>Svenja Grothe-Braun<br>0175.1901645<br>qigong@grothe-braun.de | <b>Kurse und Einzeltermine</b><br>Alexandra Schuhmann-Weiß<br>08031.7976555<br>kontakt@circleyoga.de | Meditatives Yoga . Therapeutische Übungsweise<br>Kinderwunsch . Beckenboden . Wechseljahre<br>Hormonyoga . Luna Yoga . Autogene Entspannung |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

EGYM Wellpass wir sind Partner des Firmen Fitness Programms für Yoga

## SEMINARE . RETREATS 2025 . mit Alexandra

Yoga Retreat Kloster Seeon: Freitag 15.-Sonntag 17. August 2025

Platz auf Anfrage

Yoga Retreat Kreta: Donnerstag 18. Sept. - Donnerstag 25. Sept. 2025

Platz auf Anfrage