

# Belegungsplan • Raum für Bewegung und Entspannung • Sept. - Dez. 2024

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

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p><b>9:30 - 10:30</b>  <b>Yoga auf dem Stuhl</b>                      Alexandra                      21.10. - 09.12.2024                      (8x)</p>	<p><b>9:00 - 10:15</b>  <b>YOGA for EveryBody*</b>                      Sabine                      laufende Termine</p>			<p><b>9:00 - 10:30</b>  <b>Frisch am Morgen</b>                      Alexandra                      04.10. - 13.12.2024                      (11x)</p>	<p>wechselnde  <b>Tages Events</b></p>	<p>wechselnde  <b>Tages Events</b></p>
<p><b>18:00 - 19:30</b>  <b>Yoga d. Gewähr Seins</b>                      Alexandra                      plus Heilmeditation                      plus Autog. Entspannung                      30.09. - 09.12.24 (11x)</p>	<p><b>18:00 - 19:15 Uhr</b>  <b>Yin &amp; Yang Yoga*</b>                      Lisa                      laufende Termine</p>	<p>14-tägig im Wechsel                      6 x Yin - 5 x Regulär  <b>18:00 - 19:30</b>  <b>Yin mit Klang Bad</b>  <b>Meditatives Yoga</b>                      Start: Yin am 02.10.24                      (Gesamt 11x)</p>				<p><b>18:00 - 20:00</b>  <b>Yin Yoga und Klang</b>                      Alexandra &amp; Ursula  <b>Sonntag, 24.11.24</b></p>
<p><b>20:00 - 21:30</b>                      Gesunde Bewegungen  <b>Frauen + Männer</b>                      Alexandra                      30.09. - 09.12.24 (11x)</p>	<p><b>19:45 - 21:00 Uhr</b>  <b>YOGA for EveryBody*</b>                      Sabine                      laufende Termine</p>	<p><b>19:45 - 21:30</b>  <b>Fester Frauenkreis</b>  <b>1x monatlich</b>                      Alexandra                      Start Oktober                      Termine auf Anfrage</p>	<p><b>19:15 - 20:45</b>  <b>Übungen für Geübte</b>                      Alexandra                      10.10. - 12.12.24 (10x)</p>			

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

<p><b>Raum für Bewegung und Entspannung</b>                      Alexandra                      Schuhmann-Weiß</p>	<p><b>YOGA for EveryBody*</b>                      Sabine Behringer                      0160.96655362                      mail@sabine-behringer.de</p>	<p><b>Yin &amp; Yang Yoga*</b>                      Lisa Schuster                      0171.4416740                      lisa.schuster@mail.de</p>	<p><b>Qi Gong*</b>                      Svenja Grothe-Braun                      0175.1901645                      qigong@grothe-braun.de</p>	<p>Alexandra Schuhmann-Weiß                      08031.7976555                      kontakt@circleyoga.de</p>	<p><b>Kurse und Einzeltermine</b>                      Meditatives Yoga . Therapeutische Übungsweise                      Kinderwunsch . Beckenboden . Wechseljahre                      Hormonyoga . Luna Yoga . Autogene Entspannung</p>
--	--	--	---	---	--

EGYM Wellpass wir sind Partner des Fimen Fitness Programms für Yoga

## SEMINARE . RETREATS 2024 . mit Alexandra

Yoga Retreat Leogang Fr. 11.10. - So. 13.10.2024  
 Yoga Retreat Kreta Sa. 20.09. - Sa. 27.09. 2025

Restplätze verfügbar  
 Safe the date