

Montag

09:30 - 10:30
Vinyasa Flow
Chantal

18:00 - 19:15
Vinyasa Flow
Natascha

19:30 - 20:45
Yin Yoga
Natascha

Dienstag

12:15 - 13:15
Lunch Flow E/D
Michèle

19:00 - 20:00
**Yoga für
Schwangere**
Nicole

Mittwoch

18:30 - 19:45
Hormon Yoga
Chantal

20:00 - 21:00
**Mantra &
Meditation**
Chantal

Donnerstag

09:30 - 10:30
Rückbildung
(siehe Kurse)
Jenni

18:30 - 19:45
Hatha Yoga
(auch für Einsteiger)
Sabine

20:00 - 21:15
Power Yoga E/D
Michèle

Freitag

09:30 - 10:35
Vinyasa Flow
Jenni

Samstag

09:30 - 10:45
ALOHA Special
Chantal

11:00 - 12:00
Kids Yoga
(siehe Kurse)
Chantal

Sonntag

10:00 - 11:15
Sunday Flow
Jenni



aloha
yoga

alohayoga.ch