

ONLINE ZOOM KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			10.00–10.30 Uhr Meditation mit Kati 853 8411 1866			10.00–10.50 Uhr Full Body Workout mit Jana 880 4029 6288
			10.30–11.30 Uhr Yoga mit Kati 853 8411 1866	11.00–11.50 Uhr Pilates mit Kati 815 9823 7696	10.30–12.00 Uhr Vinyasa Flow Yoga mit Shirin 868 7218 5476	11.00–12.30 Uhr Vinyasa Yoga mit Franziska 850 3033 1064
12.00–12.50 Uhr Healthy Loft Workout mit Kati 814 3406 3099	16.30–17.00 Uhr Meditation mit Kati 872 6626 8242			12.00–12.50 Uhr Rückenflow mit Kati 882 1078 1898	13.00–13.50 Uhr Ladyliner Dance mit Laura 823 0305 4309	
	17.00–17.45 Uhr Rückenflow mit Kati 872 6626 8242			17.30–18.20 Uhr deepWORK™ mit Darja 870 5887 7655		
18.00–18.50 Uhr Pilates mit Kati 859 1121 9051	18.00–18.50 Uhr BODEGA® mit Kati 899 5745 7899	18.30–20.00 Uhr Vinyasa & Yin Yoga mit Franziska 816 1792 6828	18.00–18.50 Uhr Faszienflow & Pilates mit Darja 886 1022 4330			
19.00–19.50 Uhr deepWORK™ mit Irena / Darja 894 1794 6987	19.00–20.30 Uhr Vinyasa Yoga mit Shirin 816 6002 1897		19.00–19.50 Uhr KORCE® – Functional Training mit Darja 835 7253 1155			

Ladyline Loft
YOGA & MORE

Stromstraße 39
10551 Berlin–Moabit
Telefon: 030 / 7 7 90 69 90
E-Mail: info@ladyline-loft.de
Internet: www.ladyline-loft.de