

ONLINE ZOOM KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			10.00–10.30 Uhr Meditation 853 8411 1866			10.00–10.50 Uhr Full Body Workout 880 4029 6288
			10.00–11.30 Uhr Yoga 853 8411 1866	11.00–11.50 Uhr Pilates 815 9823 7696	10.30–12.00 Uhr Vinyasa Flow Yoga 868 7218 5476	11.00–12.30 Uhr Vinyasa Yoga 850 3033 1064
12.00–12.50 Uhr Healthy Loft Workout (Reha) 814 3406 3099	16.30–17.00 Uhr Meditation 872 6626 8242			12.00–12.50 Uhr Rückenflow 882 1078 1898		
	16.30–17.45 Uhr Rückenflow & Entspannung 872 6626 8242		17.00–17.50 Uhr Healthy Loft Workout (Reha) 838 7919 9535	17.30–18.20 Uhr DEEPWORK 870 5887 7655		
18.00–18.50 Uhr Pilates 859 1121 9051	18.00–18.50 Uhr BODEGA® 899 5745 7899	18.30–20.00 Uhr Vinyasa Flow Yoga 816 1792 6828	18.00–18.50 Uhr Pilates & Faszien 886 1022 4330			
19.00–19.50 Uhr DEEPWORK 894 1794 6987	19.00–20.30 Uhr Slow Vinyasa Flow & Yin Yoga 816 6002 1897		19.00–19.50 Uhr KORCE® – Functional Training 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