

# KURSPLAN

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
				11.00–11.50 Uhr <b>Pilates</b>	10.30–12.00 Uhr <b>Vinyasa Flow Yoga</b>	11.00–12.30 Uhr <b>Vinyasa Flow Yoga</b>
				815 9823 7696	868 7218 5476	850 3033 1064
12.00–12.50 Uhr <b>Healthy Loft Workout</b>	16.30–17.00 Uhr <b>Meditation &amp; Breathwork</b>		16.30–17.20 Uhr <b>Healthy Loft Workout</b>	12.00–12.50 Uhr <b>Rückenflow</b>		
814 3406 3099	872 6626 8242		871 5406 8280	882 1078 1898		
	17.00–17.45 Uhr <b>Rückenflow</b>		17.30–18.20 Uhr <b>Pilates</b>	17.00–18.30 Uhr <b>Vinayasa Flow Yoga</b>		
	872 6626 8242		879 1059 9065	837 0848 1865		
18.00–18.50 Uhr <b>Pilates</b>	18.00–18.50 Uhr <b>BODEGA® (Bodyworkout meets Yoga)</b>	18.30–19.20 Uhr <b>Pilates &amp; Faszien</b>	18.30–19.20 Uhr <b>DEEPWORK</b>			
836 4427 7922	899 5745 7899	816 1792 6828	886 1022 4330			
19.00–19.50 Uhr <b>Deep-Body-Workout</b>	19.00–20.30 Uhr <b>Vinyasa Yoga &amp; Yin Yoga</b>					
821 9998 8434	816 6002 1897					

*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

 Externer Kurs

Änderungen vorbehalten | Stand 29.08.2023