

KURSPLAN

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
				11.00–11.50 Uhr Pilates	10.30–12.00 Uhr Vinyasa Flow Yoga	11.00–12.30 Uhr Vinyasa Flow Yoga
				815 9823 7696	868 7218 5476	850 3033 1064
12.00–12.50 Uhr Healthy Loft Workout	16.30–17.00 Uhr Meditation & Breathwork		16.30–17.20 Uhr Healthy Loft Workout	12.00–12.50 Uhr Rückenflow		
814 3406 3099	872 6626 8242		871 5406 8280	882 1078 1898		
	17.00–17.45 Uhr Rückenflow		17.30–18.20 Uhr Pilates	17.00–18.30 Uhr Vinayasa Flow Yoga		
	872 6626 8242		879 1059 9065	837 0848 1865		
18.00–18.50 Uhr Pilates	18.00–18.50 Uhr BODEGA® (Bodyworkout meets Yoga)	18.30–19.20 Uhr Pilates & Faszien	18.30–19.20 Uhr DEEPWORK			
836 4427 7922	899 5745 7899	816 1792 6828	886 1022 4330			
19.00–20.00 Uhr Yoga (Basics)	19.00–20.30 Uhr Vinyasa Yoga & Yin Yoga					
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 19.12.2023