

KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
				11.00–11.50 Uhr Pilates 815 9823 7696	10.30–12.00 Uhr Vinyasa Flow Yoga 868 7218 5476	11.00–12.15 Uhr Global Yoga Basics 850 3033 1064
12.00–12.50 Uhr Healthy Loft Workout 814 3406 3099	16.30–17.00 Uhr Meditation & Breathwork 872 6626 8242			12.00–12.50 Uhr Rückenflow 882 1078 1898		12.30–13.20 Uhr Pilates 895 0262 6790
	17.00–17.45 Uhr Rückenflow 872 6626 8242	17.00–17.50 Uhr Bauch Beine Po + Relax & Stretch 841 5771 9252	17.30–18.20 Uhr Healthy Loft Workout 879 1059 9065	17.00–18.30 Uhr Vinayasa Flow Yoga 837 0848 1865		
18.00–18.50 Uhr Pilates 836 4427 7922	18.00–18.50 Uhr BODEGA® (Bodyworkout meets Yoga) 899 5745 7899	18.30–19.20 Uhr Pilates & Faszien 816 1792 6828	18.30–19.20 Uhr Pilates x Strength 883 9181 8453			
19.00–20.15 Uhr Yoga (Basics) 821 9998 8434	19.00–20.30 Uhr Vinyasa Yoga & Yin Yoga 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

i An jedem letzten Freitag im Monat:
Yoga 60 Min. + Sauna 30 Min.

Änderungen vorbehalten | Stand 09.05.2025