

Sonntagslektionen @ Niyama

3. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Lorena (EN): Change of Perspective
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	keine Lektion (Bummelsonntag)

10. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Christian (EN): Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	keine Lektion (Bummelsonntag)

17. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Kathrin (EN): Ladder Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Rachel: Yin

24. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Ida: Erdung
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Annette: Slow Flow & Yin

31. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Simone: Oster-Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Lea: Yin

7. April

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Manuela: Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Michèle (DE/EN): Slow Flow & Yin

14. April

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Marie (EN): Flow Motion Yoga
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Silas (EN): Yin

21. April

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Sonia (EN): Power Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Julia: Yin

28. April

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Rahel J.: Sthira/Sukha
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Michèle (DE/EN): Slow Flow & Yin

Offen für alle Level

Niyama Studio für Yoga & Pilates, Falknerstrasse 35, 4001 Basel, www.niyama-yoga.ch