

# Sonntagslektionen @ Niyama

2. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Julia: Ladder-Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Michèle: Yin

9. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Marie (EN): Grace & Space
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	fällt aus wegen Faschnachtsbeginn

16. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Nisrine (EN): Anjali Mudra
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	fällt aus wegen Bummelssonntag

23. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Julia (EN): Head & Shoulders
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	fällt aus wegen Bummelssonntag

30. März

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Lorena: Ahimsa-Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	fällt aus wegen Bummelssonntag

6. April

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Nini: Tapas
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Simone: Yin

13. April

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Michèle (EN): Core-Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Martina: Gentle Flow & Yoga Nidra

20. April

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Sonia (EN): Happy Easter Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Simone: Yin

27. April

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Rahel: Vinyasa
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Julia R.: Yin & Yoga Nidra

Offen für alle Level

Niyama Studio für Yoga & Pilates, Falknerstrasse 35, 4001 Basel, [www.niyama-yoga.ch](http://www.niyama-yoga.ch)