

# Sonntagslektionen @ Niyama

5. Mai

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

12. Mai

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Simone: Herzöffner
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Rachel: Yin

19. Mai

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Ida: Crow Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Rachel: Yin

26. Mai

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

2. Juni

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Silas (EN): Vayu Flow
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	ab hier gehen die ruhigeren Sonntagslektionen in die Sommerpause

9. Juni

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

16. Juni

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Michèle (EN): Hips & Hamstrings
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	---

23. Juni

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Rahel J.: Core
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	---

30. Juni

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Lorena: Let's fly!
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	---

Offen für alle Level

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