

Sonntagslektionen @ Niyama

4. Mai

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Nini: Krieger
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Regula (DE/EN): Faszien- & Yin Yoga

11. Mai

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

18. Mai

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Nisrine (EN): Svadhyaya
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Julia R.: Yin

25. Mai

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Sonia (EN): Let go
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Lea: Yin

1. Juni

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Julia (EN): Mula Bandha
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	keine Lektion

8. Juni

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Lara: Happy hips
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	keine Lektion

15. Juni

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Rahel J.: Vayu Mudra
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Michèle (EN): Slow Flow & Yin

22. Juni

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

29. Juni

10.30–11.30	Vinyasa Yoga	Vero: Sthira Sukha
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	keine Lektion

Offen für alle Level

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