

Sonntagslektionen @ Niyama

3. September

10.30–11.30	Yoga	Michèle (EN): Full Body Flow
-------------	------	------------------------------

10. September

10.30–11.30	Yoga	Sonia (EN): Happy Sunday Flow
-------------	------	-------------------------------

17. September

10.30–11.30	Yoga	Ida: Hüftöffnung
-------------	------	------------------

24. September

10.30–11.30	Yoga	Martina (EN): Breathe & Flow
-------------	------	------------------------------

1. Oktober

10.30–11.30	Yoga	Simone: Twists
-------------	------	----------------

8. Oktober

10.30–11.30	Yoga	Michèle (EN): Mandala Flow
-------------	------	----------------------------

15. Oktober

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

22. Oktober

10.30–11.30	Yoga	Rachel (EN): Energetic Autumn Breeze
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Annette: Slow Flow

29. Oktober

10.30–11.30	Yoga	Manuela: Offenheit & Balance
17.00–18.15	Ruhige Yogalektion	Julia: Yin Yoga

Offen für alle Level

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