



Neuer KURSPLAN gültig ab 16.10. – bis zu den Weihnachtsferien 2023

Anmeldungen FÜR ALLE KURSE erforderlich über unsere **Website**, **Eversports** oder unter **info@divali-yoga.de**.

Fast alle Klassen finden auch **ONLINE per Zoom** statt. Ausnahmen sind Kinderyoga und ggfs. Vertretungen.

Schaue daher bitte immer tagesaktuell auf **Eversports** oder unsere Website unter **Kursplan** nach, ob es Änderungen gibt.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			10:00-11:30 Yin & Yoga Basic* auch als Präventionskurs buchbar <i>Manu</i>		WIEDER DA! 9:30-10:30 Kinderyoga 3-4-jährige mit einer Begleitung, 6 Termine, Start: 21.10. mit <i>Jana</i>	SonntagYogaSpecial 11:00 – 12:30 Wechselnde Yoga- Klassen mit wechselnden LehrerInnen Alle Infos unter: divali-yoga.de
					WIEDER DA! 11:00-12:00 Uhr Kinderyoga 4-6-jährige ohne Begleitung, 6 Termine, Start: 21.10. mit <i>Jana</i>	Du willst tiefer in Yoga eintauchen und dich besser kennenlernen? Dann mach mit beim 200+h Yoga Alliance zertifizierten divali yoga Yin und Yang Teacher Training Neuer Start: Februar 2024
	16:45 - 18:00 Yoga Basic – Yoga for Body & Soul* auch als Präventionskurs buchbar <i>Sabine</i>				NEU! NEU! NEU! 12:15-13:15 Uhr Kinderyoga 7-10-jährige ohne Begleitung, 6 Termine, Start: 21.10. mit <i>Jana</i>	Vereinbare gerne einen persönlichen Infotermin mit Katrin oder komme zu einem unserer Infotermine.
NEU! NEU! NEU! 18:15 – 19:30 Yoga Basic* <i>Auch als Präventionskurs buchbar</i> <i>Katrin/Michaela</i>	18:15 - 19:30 Yoga Soul Flow Katrin auch als Präventionskurs buchbar Ashtanga mit <i>Sabine</i> Termine: 31.10., 7.11. + 14.11.	18:15 – 19:45 Yoga Basic – Fokus Rücken, Schultern & Hüften* auch als Präventionskurs buchbar <i>Manu</i>	18:15 – 19:45 Yin Yoga* für die Herbst-, Winter- & Vorweihnachtszeit auch als Präventionskurs buchbar <i>Katrin/Julia</i>	Start your Weekend im Tuch! 18:30 – 20:00 Yin/Yoga Nidra im Tuch* mit <i>Manu</i> Yoga im Tuch- für Einsteiger*, Geübte & Specials <i>Katrin/ Michaela</i> <i>Alle Termine & Infos unter divali-yoga.de</i>	14:00 – 15:15 Uhr FeetUp Yoga mit dem Kopfstandhocker Mit Michaela am: 21.10./ 18.11./ 16.12.	<i>Alle Infos und neue Termine für Infotermine bald unter divali-yoga.de/Ausbildung</i>
19:45 – 21:00 Yin & Flow Basic* auch als Präventionskurs buchbar <i>Katrin/Michaela</i>	19:45 – 20:45 Magic Moon Yoga* <i>Katrin</i> Restorative & Yin Yoga zur Vorbereitung auf den jew. Neu- und Vollmond. Termine: 24.10./ 12.12./ Nov.-Termine folgen	20:00 – 21:30 Mental Yin Yoga & Hands on* auch als Präventionskurs buchbar <i>Manu</i>	NEU 20:00 – 20:45 Bewusstes Atmen (Pranayama) & Meditation* <i>Katrin</i> Termine: 19.10., 2.+ 30.11., 14.12. Infoabend Teacher Training 2024: 23.11. und 07.12.		<i>Alle Infos und Termine unter divali-yoga.de, Instagram, Facebook</i>	

Alle Klassen mit * sind für Einsteiger geeignet. Anmeldungen sind für ALLE Klassen (s.o.) nötig. Unsere Studio-Türen öffnen 15 Min. vor Kursbeginn. Einwahl zur **Online**-Stunde ab ca. 15 Min. vor Kursbeginn möglich.