

## **Stundenplan 6. -12. Dezember 2021**

---

### **Montag**

12.15 - 13.10 Uhr	Pilates	hybrid vor Ort / Zoom
18.00 - 18.55 Uhr	Power Yoga	vor Ort
19.00 - 19.55 Uhr	Vinyasa Yoga	hybrid vor Ort / Zoom

### **Dienstag**

19.15 - 20.10 Uhr	Faszien Training	hybrid vor Ort / Zoom
-------------------	------------------	-----------------------

### **Mittwoch**

17.30 - 18.25 Uhr	Faszien Training	vor Ort
18.30 - 19.25 Uhr	Vinyasa Yoga	vor Ort
19.35 - 20.30 Uhr	Power Yoga	vor Ort

### **Donnerstag**

**18.30 - 20.30 Uhr Mindfulness Special vor Ort**

### **Freitag**

16.30 - 17.25 Uhr	Pilates	vor Ort
17.30 - 18.25 Uhr	Vinyasa Yoga	vor Ort

### **Samstag**

9.00 - 9.55 Uhr	Vinyasa Yoga	hybrid vor Ort / Zoom
10.15 - 11.10 Uhr	Outdoor	nur bei schöner Witterung

*\* Zur Info:*

*Teilnahme auf Anmeldung (per doodle oder info@vemotion.ch).*

*Plätze beschränkt.*