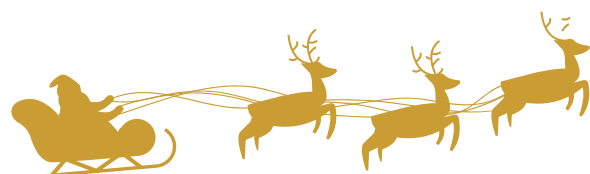


INSIDE YOGA · XMAS-Sonderkursplan vom 24.12.2023 – 07.01.2024 · ALL YOU NEED IS INSIDE®

Montag 25.12.23	Dienstag 26.12.23	Mittwoch 27.12.23	Donnerstag 28.12.23	Freitag 29.12.23	Samstag 30.12.23	Sonntag 31.12.23
 Merry Christmas...  Wir wünschen allen wundervolle und frohe Weihnachten Unser Studio ist vom 24.12. – 26.12.2023 geschlossen			10:00 – 11:00 Uhr Starker Rücken Lv. 0 –1 Manuela	10:00 – 11:00 Uhr Yoga Vibrations mit Inoroll Lv. 0 –1 · Andrea	10:00 – 11:15 Uhr Good morning hips Lv. 0 –1 · Ami	10:00 – 11:30 Uhr Good bye 2023 Easy Sunday Yoga Lv. 1 Caroline L.
		12:30 – 13:45 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Zhiyi	12:30 – 13:30 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Andrea	12:30 – 13:30 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Odine	12:30 – 13:30 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Odine	
		17:30 – 18:30 Uhr Inside Yoga Lv.1 Hie		17:30 – 18:30 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Caroline L.	17:00 – 18:15 Uhr Yin Yoga Lv. 1 Sigi	
		18:45 – 20:00 Uhr Killing me softly Lv.2 Manuela	18:45 – 20:00 Uhr Inside Flow Lv. 1 Young Ho	18:45 – 20:00 Uhr Stretch & Relax Lv. 1 Ulrike		
		18:45 – 20:00 Uhr Start up Lv. 0 –1 Mirijam B.				

Montag 01.01.24	Dienstag 02.01.24	Mittwoch 03.01.24	Donnerstag 04.01.24	Freitag 05.01.24	Samstag 06.01.24	Sonntag 07.01.24
11:00 – 13:00 Uhr Happy new year 2024 Kick start 2024 Inside Yoga Special for all Lv. 1-2 Young Ho & Hie, Andrea & Manuela			10:00 – 11:00 Uhr Starker Rücken Lv. 0 –1 Manuela		10:00 – 11:15 Uhr Good morning hips Lv. 0 –1 Johanna G.	10:00 – 11:15 Uhr Easy Sunday Yoga Lv. 0 –1 Manuela
	12:30 – 13:30 Uhr Slow Flow & Stretch Zhiyi		12:30 – 13:30 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Doro	12:30 – 13:30 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Manuela	12:30 – 13:45 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Doro	12:30 – 13:45 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Da-Hien
	17:00 – 18:00 Uhr Inside Flow Lv.1 Ami	18:45 – 20:00 Uhr Killing me softly Lv.2 Manuela	17:30 – 18:30 Uhr Vinyasa Yoga Lv. 1 Zhiyi	18:45 – 20:00 Uhr Inside Stretch & Relax Antje, Lv. 1	17:00 – 18:15 Uhr Inside Flow Lv. 1 Sina	17:00 – 18:15 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Johanna G.
	18:45 – 20:00 Uhr All you need is Inside Lv.1 Da-Hien		18:45 – 20:00 Uhr Inside Yoga Lv. 1 Johanna G.			



MERRY
CHRISTMAS
& HAPPY NEW YEAR

