



# YOGA HOUSE

# HOTEL BRISTOL

Montag	09 <sup>00</sup> - 11 <sup>30</sup>	Kinder Club & Eltern 0 – 5 Jahre	mit Lyndsey
	17 <sup>30</sup> - 19 <sup>00</sup>	Grounding Flow	mit Prisca
	19 <sup>30</sup> - 21 <sup>00</sup>	Hatha	mit Isa
Dienstag	18 <sup>30</sup> - 19 <sup>30</sup>	Yoga Groove	mit Ryke
	20 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup>	Dance Fit	mit Ryke
Mittwoch	08 <sup>00</sup> - 09 <sup>15</sup>	Rise & Shine	mit Elina
	18 <sup>00</sup> - 19 <sup>30</sup>	Yin Flow	mit Prisca
	20 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup>	Sunset Yoga	mit Ryke
Donnerstag	07 <sup>00</sup> - 07 <sup>45</sup>	First light Energy	mit Ryke
	18 <sup>15</sup> - 19 <sup>30</sup>	Hatha	mit Isa
	19 <sup>45</sup> - 21 <sup>00</sup>	Power Yoga	mit Elina
Freitag	07 <sup>00</sup> - 07 <sup>45</sup>	Morning Flow	mit Ryke
	08 <sup>15</sup> - 09 <sup>45</sup>	Hatha	mit Isa
	10 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup>	Senioren Turnen	mit Isa
	18 <sup>00</sup> - 19 <sup>30</sup>	Vinyasa	mit Marja-Liisa
Samstag	16 <sup>00</sup> - 17 <sup>30</sup>	Yin Yoga	mit Marja-Liisa
	18 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>	Earth Flow * Connected Breathwork	mit Prisca
Sonntag	09 <sup>00</sup> - 10 <sup>30</sup>	Hatha	mit Marja-Liisa
	18 <sup>00</sup> - 18 <sup>45</sup>	Klangschalen Sound healing	mit Elina

**auf Anfrage:** Ryke Massagen/ Prisca \*am 1. Samstag im Monat findet Connected Breathwork statt



Prisca 076 458 98 52  
 Elina 076 766 89 87  
 Ryke 077 484 85 20  
 Isa 078 790 13 98  
 Marja Liisa 077 504 68 25  
 Lyndsey 078 657 72 29

**Anmeldungen direkt  
bei der Lehrerin**

Registrations directly

