

# YOGA IST UNSERE LEIDENSCHAFT - FÜR ALLE, IST UNSER ZIEL!

Dafür haben wir ein vielfältiges **YOGA-ANGEBOT** zusammengestellt:

**Viele neue  
Stunden!!!**

Fließende, energetisierende, kräftigende, sowie sanfte, entspannende und tief gehende Yogastunden erwarten Euch!

Vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen und auch Schwangere und ältere Yogis finden bei uns die richtige Stunde.

Ihr könnt an 5 Tagen die Woche völlig flexibel üben, oder eine feste Stunde belegen. **Der Einstieg ist jederzeit möglich.**

Freitags und am Wochenende bieten wir regelmäßig ganz besondere Stunden und Workshops.

Auf der Website stehen alle wichtigen Informationen oder ihr schreibt uns einfach eine Mail  
[www.yogateam.bz](http://www.yogateam.bz) // [yoga@yogateam.bz](mailto:yoga@yogateam.bz)

Wir freuen uns auf Euch, Namsté  
Euer **YOGATEAM** Bozen



# YOGA

ICH FOLGE  
MEINEM HERZEN  
ES KENNT  
DEN WEG



**YOGATEAM**  
BOZEN // BOLZANO

# STUNDENPLAN

gültig ab 17. September 2018

**SHANTI OM** Obstmarkt 24a, 39100 Bozen

**FREIRAUM** Claudia-de-Medici-Str. 1a, 39100 Bozen

## MONTAG

17:45 - 19:15  
**Medium, Vinyasa Yoga**  
Kathi, Shanti OM

19:30 - 21:00  
**Anfänger, Vinyasa Yoga**  
Kathi, Shanti OM

## DIENSTAG

17:45 - 19:15  
**Medium, Jivamukti Vinyasa**  
Alice, Shanti OM

18:45 - 20:00  
**RückenYoga**  
Markus, Freiraum

19:30 - 21:00  
**Intensiv, Jivamukti Vinyasa**  
Alice, Shanti OM

20:15 - 21:45  
**Medium Sivananda**  
Markus, Freiraum

## MITTWOCH

12:45 - 14:00  
**All Level, Mittags-Flow**  
Gabi, Shanti OM

15:30 - 17:00  
**All Level, Vinyasa Yoga**  
Elisa, Shanti OM

17:30 - 18:45  
**Medium, Vinyasa Yoga**  
Denise, Shanti OM

19:15 - 20:45  
**Yoga graviDanza - IT**  
Mariachiara, Shanti OM

## DONNERSTAG

7:30 - 8:30  
**All Level, Morning-Flow**  
Elisa, Shanti OM

18:15 - 19:45  
**Yin Yoga - IT**  
Stefania, Shanti OM

17:45 - 19:15  
**Medium, Jivamukti Vinyasa**  
Alice, Freiraum

19:15 **Meditation** (30min)  
Alice, Freiraum

## FREITAG

17:45 - 18:45  
**Spiritual Flow**  
Barbara/Evi, Shanti OM

ab 19:00  
**Sonderstunden**  
siehe: [www.yogateam.bz](http://www.yogateam.bz)

alle Kurse auf deutsch, außer mit IT gekennzeichnet