

# KURSPLAN 2022

## AM KRAFTORT FLOMBORN

		MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
VORMITTAGS	9:30						●●○○○ HATHA Yoga geschlossener Kurs* 09:30–10:45
	10:00						●●●●○ deepIMPACT outdoor 10:00–11:15
NACHMITTAGS	18:00	●●○○○ HATHA Yoga offene Klasse 18:00–19:15	●○○○○ back'n'STRETCH outdoor/indoor 18:00–19:00	●●●○○ HATHA Yoga geschlossener Kurs* 18:00–19:15			
	18:30				●●●●○ deepIMPACT outdoor 18:30–19:30		
	19:30	●●●●○ ASHTANGA Yoga geschlossener Kurs* 19:30–20:45	●○○○○ YIN Yoga offene Klasse 19:30–20:45	●○○○○ MÄNNER Yoga offene Klasse 19:30–20:45			
	19:45				VORTRAGSREIHE IMPULS im Gewölbe offen für alle** 19:45–20:45		

Voraussetzung für alle Trainings- und Yogakurse ist ein Mind-Body-Scan. Bitte melde Dich bei uns, wenn Du das erste Mal teilnehmen möchtest unter [welcome@zinckernagel.de](mailto:welcome@zinckernagel.de)

\*Unsere geschlossenen Yoga-Kurse laufen über 11 Wochen, bitte erfrage den jeweils nächsten Starttermin bei uns. Schnuppern oder jederzeit mitmachen kannst Du in unseren offenen Klassen.

\*\*Unsere Vortragsreihe ist offen für alle, die neugierig sind und Interesse am Austausch haben; die Themen findest Du unter [zinckernagel.de/impulse](https://zinckernagel.de/impulse)

