



**Sarasvati Yogaschule Neustadt**

[www.yogaschule-neustadt.de](http://www.yogaschule-neustadt.de)

## **Kursplan ab Herbst 2020**

Wegen der Corona Pandemie wird die Kursdauer von 90 auf 70 Minuten reduziert. Somit bleibt genügend Zeit für die vor- und nachbereitenden Hygienemaßnahmen. Es können nur insgesamt 5 Menschen im Übungsraum sein (4 Übende, 1 Yoga-lehrerin). Deshalb wird jeder Kurs aufgeteilt. Yoga für Schwangere und Yogakurse in Marklohe entfallen derzeit bis auf Weiteres.

## **Yogakurse für Erwachsene ab 28. September 2020**

### 28. September

Montag 17.30 – 18.45 Uhr  
Montag 19.15 – 20.25 Uhr

### 29. September

Dienstag 9:00 – 10.10 Uhr  
Dienstag 10.45 – 11.55 Uhr  
  
Dienstag 18:00 – 19.10 Uhr  
Dienstag 19.45 – 20.55 Uhr

### 30. September

Mittwoch 18:00 – 19.10 Uhr  
Mittwoch 19.45 – 20.55 Uhr

### Erster Oktober

Donnerstag 17:00 – 18.10 Uhr  
Donnerstag 18.45 – 19.55 Uhr  
Donnerstag 20.30 – 21.40 Uhr