

MONTAG

PARALLEL BEWEGT
BIRSFELDEN
NATHALIE

18.00 - 19.00
19.15 - 20.30
HATHA YOGA FLOW

18.45 - 19.45
PILATES
NADIA

20.00 - 21.00
YOGA
NADIA

MITTWOCH

9.00 - 10.00
YOGA IM TUCH
NATHALIE

10.30 - 11.30
YOGA IM TUCH
NATHALIE

12.15-13.00/15
ENTSPANNUNG
NATHALIE

17.30 - 18.30
AERIAL YOGA / EN
FLAVIA

18.45 - 19.45
AERIAL YOGA / EN
FLAVIA

19.45 - 20.15
MEDITATION+REIKI
FLAVIA

DONNERSTAG

9.00 - 10.00
GUTEN MORGEN YOGA
NATHALIE

10.30 - 11.30
STARKE MITTE
NATHALIE

12.15-13.00/15
ENTSPANNUNG
NATHALIE

18.00 - 19.00
YIN YOGA
NATHALIE

19.15 - 20.30
YIN YOGA
NATHALIE

SONNTAG (1x mtl.)

11. Januar, 8. Feb,
15. März, 19. April,
10. Mai, 7. Juni 2026

9.30 - 11.00
YOGA IM TUCH flow
NATHALIE

11.30 - 13.00
YOGA IM TUCH deep
NATHALIE

FLAVIA
flaviavschuler@gmail.com
NADIA
mail@pilatesundyoga.ch
NATHALIE
info@nathaliemiller.ch

