















Kostenlose Probestunde online vereinbaren \* von der Krankenkasse zertifiziert \* tolle Angebote für Neukunden \* Testmöglichkeit in vielen Kursen vor Ort \* flexibles Kurssystem \* großer Raum \* viele Fenster \* Luftfilteranlage \* flexibles Kurssystem \* begrenzte Teilnehmerzahl \* Bitte unbedingt anmelden & aktuelle Corona-Regeln beachten \* H – Hybrid, Online & Präsenz, [www.yogalounge-herrenberg.de](http://www.yogalounge-herrenberg.de), Infos unter Tel. 07032 78 69 400 WhatsApp 01520 23 79 110 [info@yogalounge-herrenberg.de](mailto:info@yogalounge-herrenberg.de)

**alle Kurse im Studio live +  zusätzlich mit Online – Übertragung!**

<b>Montag</b>	9.00 – 10.15 Yoga für Schwangere +  Sandra	10.45–11.45 Rückbildung für Mama + Baby +  Sandra	16.30 –17.45 AOK – Yoga nur für AOK Mitglieder Ute	18.00 – 19.15 Rücken yoga ... für den gesunden Rücken +  Ute	bis 20.06. 19.30 / 20.35 Freestyler & Pilates Wulla 	<b>NEU ab 27.6. !!!</b> <b>Geburtsvorbereitungskurs</b> für Paare je 5 Termine (Starttermine: 12.09., 24.10., 28.11.)	
<b>Dienstag</b>	ab 21.06. 9.00 – 10.15 Yogabalance Outdoor (Yoga, Balance & Pilates) Ute	ab 24.05. 10.45 – 11.45 Mama fit – Baby Spaß und Fitness Ute	<i>Sommerpause</i> 15.30 / 16.30 <i>Konzentriert und ausgeglichen</i> (Yoga, Entspannung, Konzentration) <i>Grundsüher / Jugendl.</i>		18.15 – 19.30 Yoga Flow ... go with the flow!  Natalie	20.00 – 21.15 Rücken yoga ... für den gesunden Rücken! +  Ute	
<b>Mittwoch</b>	9.00 – 10.15 Yoga for EveryBody +  Ute	10.45 – 11.45 Rückbildung für Mama + Baby Beckenboden, Rectusdiastase, Blase,... +  Ute		18.00 – 19.15 Yoga für Schwangere ... entspannt durch die Schwangerschaft +  Ute	19.30 – 20.30 Zumba +  Wulla	20.35 – 21.35 Nirvana Fitness® Yoga, Pilates, Fitness +  Wulla	
<b>Donnerstag</b>	auf Anfrage 10.00 – 11.30 Yogabalance in Kayh Yoga, Balance & Pilates Ute			16.30 – 17.45 AOK – Yoga nur für AOK Mitglieder Ute	18.00 – 19.15 Rücken yoga für den gesunden Rücken +  Ute	19.45 – 21.00 Vinyasa Power Yoga  Antje	auf Anfrage 20.00 – 21.30 Yogabalance in Kayh Yoga, Balance & Pilates Ute
<b>Freitag</b>	Sommerpause 9.00 – 10.15 Yogabalance (Yoga, Balance & Pilates) Ute			<i>Sommerpause</i> 14.45 – 15.45 <i>Eltern-Kind-Yoga</i> Ute	17.00 – 18.15 Yoga & Entspannung für Körper & Geist Sylvia	18.30–19.45 Ashtanga Yoga Innovation AYI® Annika	20.00 – 21.15 Pilates „Women & Mom“ +  Steffi
<b>Geburtsvorbereitung für Paare - Wochenendkurs am 10. und 11.09.</b>		<b>Yogafreizeiten :</b> <b>Yoga-Wochenende im Allgäu vom 10. – 12.06. * Yoga &amp; Wandern im Montafon vom 13. –15.06. * Yoga-Ferienwoche im Piemont (Bordo, Italien) vom 30.7. – 06.08.</b>					