



### MONTAG

|               |                    |        |       |
|---------------|--------------------|--------|-------|
| 12.00 – 13.00 | Lunch Yoga         | Evelyn | 3. OG |
| 14.00 – 15.30 | Hatha Yoga (sanft) | Evelyn | 3. OG |
| 17.30 – 19.00 | Hatha Yoga         | Evelyn | 3. OG |
| 19.30 – 21.00 | Hatha Yoga         | Evelyn | 3. OG |

### DIENSTAG

|               |            |        |       |
|---------------|------------|--------|-------|
| 06.30 – 07.45 | Hatha Yoga | Evelyn | 3. OG |
| 09.00 – 10.30 | Hatha Yoga | Evelyn | 3. OG |
| 18.00 – 19.30 | Hatha Yoga | Evelyn | 3. OG |

### MITTWOCH

|               |            |       |       |
|---------------|------------|-------|-------|
| 18.00 – 19.15 | Hatha Yoga | Tanja | 3. OG |
| 19.30 – 21.00 | Hatha Yoga | Tanja | 3. OG |

### DONNERSTAG

|               |             |        |       |
|---------------|-------------|--------|-------|
| 06.30 – 07.45 | Hatha Yoga  | Evelyn | 3. OG |
| 09.00 – 10.30 | Hatha Yoga  | Evelyn | 3. OG |
| 12.00 – 13.00 | Yoga Rücken | Evelyn | 3. OG |
| 17.30 – 19.00 | Hatha Yoga  | Evelyn | 3. OG |
| 19.30 – 21.00 | Hatha Yoga  | Evelyn | 3. OG |

### SAMSTAG

|                      |                  |                 |       |
|----------------------|------------------|-----------------|-------|
| 09.00 – 11.00        | Yoga intensiv    | Evelyn          | 3. OG |
| (Daten auf Homepage) | Yin Yoga & Klang | Andrea + Evelyn | 3. OG |

KomplementärTherapie **YOGA THERAPIE**  
Evelyn Gelpi

KomplementärTherapie **AYURVEDA**  
Alberto Gelpi

info@yoga-in-der-altstadt.ch  
079 771 28 86  
yoga-in-der-altstadt.ch  
info@alyve-ayurveda.ch  
079 771 28 81  
alyve-ayurveda.ch

## YOGA IN DER ALTSTADT

Bleichestrasse 11 | 9000 St.Gallen | Tel. 079 771 28 86  
info@yoga-in-der-altstadt.ch | yoga-in-der-altstadt.ch