



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 – 20.45	Hatha Yoga	Evelyn	3. OG

DIENSTAG

06.30 – 07.45	Hatha Yoga	Evelyn	3. OG
08.30 – 10.00	Hatha Yoga	Franziska	SG-Haggen
09.00 – 10.30	Hatha Yoga	Evelyn	3. OG
18.00 – 19.30	Hatha Yoga	Evelyn	3. OG

MITTWOCH

10.00 – 11.15	Hatha Yoga (sanft)	Franziska	3. OG
12.00 – 13.00	Lunch Yoga	Zane	3. OG
18.00 – 19.15	Hatha Yoga	Tanja	3. OG
19.30 – 20.45	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 – 20.45	Yin Yoga	Evelyn	3. OG

FREITAG

17.00 – 18.00	Pranayama & Meditation	Evelyn	3. OG
---------------	------------------------	--------	-------

SAMSTAG

09.00 – 11.00	Yoga Samstag	Team	3. OG
---------------	--------------	------	-------

KomplementärTherapie **YOGA THERAPIE**
Evelyn Gelpi

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

KomplementärTherapie **AYURVEDA**
Alberto Gelpi

info@alyve-ayurveda.ch
079 771 28 81
alyve-ayurveda.ch

YOGA IN DER ALTSTADT

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