

STUNDENPLAN / WOCHENÜBERBLICK

SEP / OKT / NOV / DEZ 2017

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00				KURS Do 16:30 Hebammenpraxis 90 Min. 1 2			
18:00			KURS Mi 18:15 Lichthof 90 Min. 1 2	KURS Do 18:00 Hebammenpraxis 90 Min. 1			
19:00				KURS Do 19:45 Hebammenpraxis 90 Min. 2			
20:00							
21:00							

LEVEL

- 1 Level 1 :** Grundlagen und Atembeobachtung
- 2 Level 2 :** Kraftvolle Aufbauarbeit und Regeneration
- 3 Level 3 :** Körperlich intensive Asanas, Kopf- und Schulterstand