

# Kursplan 2024 Tripada-Bocholt



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Vormittags		9:00 - 10:30 Uhr Tripada Yoga Basic Plus 90 Min.	9:00 - 10:30 Uhr Tripada Yoga Basic 90 Min.	9:00 - 10:30 Uhr Tripada Yoga Basic 90 Min.	9:00 - 10:30 Uhr Tripada Yoga Basic 90 Min.	
Nachmittags						
	16.30 - 17.30 Uhr Engpassdehnungskurs nach Liebscher&Bracht 60 Min. ab August	16:30 - 17:30 Uhr Tripada Kinderyoga für Kinder von 6 – 10 Jahren 60 Min.		16:30 - 17:45 Uhr Tripada Yoga für Schwangere 75 Min.		
	18:00 - 19:30 Uhr Tripada Yoga Basic Plus 90 Min.	18:00 - 19:30 Uhr Tripada Yoga Basic Plus 90 Min.	18:00 - 19:30 Uhr Tripada Yoga Basic 90 Min.	18:00 - 19:30 Uhr Tripada Yoga Mediate 90 Min.		
	20:00 - 21:30 Uhr Tripada Yoga Basic 90 Min.	20:00 - 21:30 Uhr Tripada Yoga Basic 90 Min.	20:00 - 21:30 Uhr Tripada Yoga Mediate 90 Min.	20:00 - 21:00 Uhr Pilates 60 min		