









Die Teilnahme an einem der Kurse setzt eine verbindliche Voranmeldung voraus.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	 Senioren Yoga 09:30–10:45 Uhr			 Therapeutisches Yoga Faszienyoga 09:00–10:15 Uhr	
				 Therapeutisches Yoga Faszienyoga 10:30–11:45 Uhr	
		 Vinyasa Level 1–2 17:15–18:15 Uhr		 Terassen Yoga 17:45–19:00 Uhr	
	 Terassen Yoga Vinyasa Level 1–2 18:45–19:00 Uhr	 Vinyasa Level 1–2 18:30–19:30 Uhr			
	 Terassen Yoga Vinyasa Level 1–2 19:15–20:30 Uhr	 Vinyasa Level 3 19:45–21:00 Uhr			

Adresse: EWTO-WingTsun-Zentrum Neunkirchen, Ohlenhohnstraße 15, 53819 Neunkirchen-Seelscheid

Adresse: Albacher Straße 30, 53797 Lohmar

ABLAUF

1. Mit Mundschutz und einzeln den Raum betreten
2. Schuhe an der Tür ausziehen
3. Hände desinfizieren und dann erst zur Matte gehen
4. Erst dort kann der Mundschutz ausgezogen werden
5. Taschen und Kleidungsstücke können mit zur Matte genommen werden, da die Garderobe nicht benutzt werden darf.

WICHTIG

- Eine verbindliche Zusage per WhatsApp oder SMS an mich ist nötig, da:
1. pro Kurs nur eine bestimmte Anzahl an Leuten teilnehmen darf.
 2. es Ausnahmen bei Ehepaaren oder bei im gleichen Haushalt lebenden Teilnehmern (Abstand geringer) gibt.

 **Getränke müssen von zu Hause mitgebracht werden** 

Die Kosten:  +  = 10er Karte