

gültig ab 01. 08. 2020

Stundenplan im Flowing Om Studio 2



Montag

8:00 – 9:00

Sunrise-Yoga
mit Jutta/Anja

17:30 – 18:30

Pilates
Fokus: Nacken

18:45 – 20:00

Yoga-Energie-Flow
für Yogis mit
Vorkenntnissen

20:15 – 21:30

Yin-Yoga/1 x mtl.*
Yoga-Wissen/1 x mtl.*

Dienstag

9:30 – 10:30

Pilates
Fokus: Rücken

10:45 – 12:00

Medical Yoga

18:00 – 19:00

Faszien-Pilates
mit Christiane/Nicole

19:15 – 20:30

Yoga Flow

Mittwoch

7:30 – 8:30

Sunrise-Yoga
mit Simone

9:30 – 10:45

Yoga d. Achtsamkeit
mit Simone

17:30 – 18:45

Yoga Flow
mit Reena dt./engl.

19:00 – 20:00

Pilates mit Corinna
Meditation (14-tägig)
Studio 1*

20:15 – 21:30

Yoga Basic
mit Jenny

Donnerstag

10:00 – 11:00

Pilates

11:15 – 12:30

Yoga Flow

17:30 – 18:45

Medical Yoga

19:00 – 20:15

Yoga Flow

Freitag

10:15– 11:30

Yoga Soft & Easy
mit Reena

17:15 – 18:15

Pilates
mit Corinna/Alex

18:30 – 19:45

Yoga Flow
mit Anja

Samstag

10:00 – 11:15

Yoga Flow
FO-Team
Studio 1

**SPECIALS
am Wochenende:
Pilates und Yoga**

Termine auf der
Webseite
Studio 1

Sonntag

10:30 – 11:45

Yoga Flow
FO-Team
Studio 1

Online-Stunden
auf der Webseite

Alle Kurse, die ohne Namen angegeben sind,
werden von Christiane Wolff unterrichtet.

* alle Informationen und Termine stehen auf der Webseite



**Kostenlose Schnup-
perstunde**

**Flexible
Monatsabos**

10er-Karten

**Wechselnde
Workshops**

**Kleinere Gruppen
oder Personal Yoga**

**Yoga-Lehrer/in-
nen-Ausbildung**

**Yoga- und
Pilates-Reisen**

**Yoga-Wissen:
Was Du schon
immer über Yoga
wissen wolltest
mit Christiane**
Termine auf der Webseite



**Yoga & Pilates
im Flowing Om**

„Qualifizierter Yoga- und Pilates-Unterricht mit unterschiedlichen Schwerpunkten in meinem Flowing-Om-Studio in der Krebsmühle in Oberursel/Frankfurt.“
Mehr Infos unter www.christiane-wolff.de

Flowing Om . Christiane Wolff
Krebsmühle 1 . 61440 Oberursel . Tel. 069 78988400
info@christiane-wolff.de . www.christiane-wolff.de