

# Lotos Yoga Zentrum - Stundenplan



Bei Interesse an einem dieser Kurse, melde dich bitte direkt bei der zuständigen Lehrperson an, via Anmeldeformular auf unserer Webseite, Email od. Telefon.

Wochentag	Zeit	Raum	Kurs	Lehrperson	Email	Telefon
<b>Montag</b>	08:00 - 09:15 Uhr	Kerala	<b>Ayur Yoga / Hatha Yoga</b>	Harald Niessing	haraladniessing@gmail.com	+41 77 412 69 19
	09:00 - 10:15 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Ariane Weber	weberariane@bluewin.ch	+41 79 484 37 43
	11:30 - 12:30 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Maja Wetterwald	maja.wetterwald@hin.ch	+41 79 788 3470
	12:30 - 13:30 Uhr	Himalaya	<b>Yoga bei Rückenproblemen</b>	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	+41 61 278 91 14
	17:45 - 18:45 Uhr	Himalaya	<b>Yoga für Schwangere</b>	Julie Detzel	juliedetzel@gmail.com	+41 79 202 73 27
	19:00 - 20:15 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	+41 61 278 91 14
	19:00 - 20:15 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Carla Felber	carla.felber@lotosyoga.ch	+41 61 322 33 04
	20:30 - 21:45 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	+41 61 278 91 14
<b>Dienstag</b>	11:00 - 12:15 Uhr	Himalaya	<b>Yoga für Leute ab 60</b>	Anna Taschlieber	taschlieber@gmail.com	+41 79 435 21 85
	19:00 - 20:15 Uhr	Himalaya	<b>Kundalini Yoga</b>	Andrea Ledergerber	andrealedergerber@bluewin.ch	+41 79 443 85 67
	19:00 - 20:15 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Martin Merz	mail@martinmerz-yoga.ch	+41 79 824 61 90
	20:30 - 21:45 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Ariane Weber	weberariane@bluewin.ch	+41 79 484 37 43
	20:30 - 21:45 Uhr	Himalaya	<b>Yin Yoga</b>	Andrea Ledergerber	andrealedergerber@bluewin.ch	+41 79 443 85 67
<b>Mittwoch</b>	08:30 - 10:00 Uhr	Himalaya	<b>Kundalini Yoga</b>	Andrea Ledergerber	andrealedergerber@bluewin.ch	+41 79 443 85 67
	09:00 - 10:15 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Monique Welti	moniquewelti@hotmail.com	+41 79 508 92 30
	10:15 - 11:30 Uhr	Kerala	<b>Yin Yoga</b>	Andrea Ledergerber	andrealedergerber@bluewin.ch	+41 79 443 85 67
	12:30 - 13:30 Uhr	Himalaya	<b>Yoga bei Rückenproblemen</b>	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	+41 61 278 91 14
	17:30 - 18:45 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Beat Lütolf	beat.luetolf@bluemail.ch	+41 61 421 98 83
	17:30 - 18:45 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Antonietta Garau Mura	hatha-yoga@swissonline.ch	+41 61 631 20 24
	19:00 - 20:15 Uhr	Kerala	<b>Yoga bei Rückenproblemen</b>	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	+41 61 278 91 14
	19:00 - 20:15 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Carla Felber	carla.felber@lotosyoga.ch	+41 61 322 33 04
	20:30 - 21:45 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Carla Felber	carla.felber@lotosyoga.ch	+41 61 322 33 04
	20:30 - 21:45 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Hansjörg Straumann	h.straumann@bluewin.ch	+41 61 278 91 14

# Lotus Yoga Zentrum - Stundenplan



Bei Interesse an einem dieser Kurse, melde dich bitte direkt bei der zuständigen Lehrperson an, via Anmeldeformular auf unserer Webseite, Email od. Telefon.

Wochentag	Zeit	Raum	Kurs	Lehrperson	Email	Telefon
<b>Donnerstag</b>	07:45 - 08:50 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Carla Felber	carla.felber@lotosyoga.ch	+41 61 322 33 04
	08:30 - 09:45 Uhr	Kerala	<b>Ayur Yoga / Hatha Yoga</b>	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	+41 77 412 69 19
	09:00 - 10:15 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Carla Felber	carla.felber@lotosyoga.ch	+41 61 322 33 04
	14:00 - 15:00 Uhr	Himalaya	<b>Yoga für Flüchtlinge</b>	Marisa Nussbaumer	info@yogasiram.ch	+41 61 321 18 48
	18:00 - 19:15 Uhr	Himalaya	<b>Hatha Yoga</b>	Karin Kral	karin.kral@breitband.ch	+41 76 233 46 48
	18:30 - 19:45 Uhr	Kerala	<b>Ayur Yoga / Hatha Yoga</b>	Harald Niessing	haraldniessing@gmail.com	+41 77 412 69 19
	19:30 - 20:45 Uhr	Himalaya	<b>Yin Yoga</b>	Andrea Ledergerber	andrealedergerber@bluewin.ch	+41 79 443 85 67
20:00 - 21:15 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Mirjam Rechberger	mirjamrechberger@bluewin.ch	+41 79 275 09 75	
<b>Freitag</b>	08:30 - 10:00 Uhr	Himalaya	<b>Kundalini Yoga</b>	Andrea Ledergerber	andrealedergerber@bluewin.ch	+41 79 443 85 67
	11:00 - 12:15 Uhr	Himalaya	<b>Yoga für Leute ab 60</b>	Anna Taschlieber	taschlieber@gmail.com	+41 79 435 21 85
	14:00 - 15:15 Uhr	Himalaya	<b>Aerial Yoga</b> <small>(Sep.-Dez. 2021 jede 2. Wo.) (2022: 14. + 28. Jan. / 4. + 18. Feb. / 25. März / 8. + 29. Apr. / 6. + 20. Mai / 10 + 24. Juni)</small>	Nathalie Miller Lanz	info@nathaliemiller.ch	+41 78 664 40 20
	17:45 - 19:00 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Beat Lütolf	beat.luetolf@bluewin.ch	+41 61 421 98 83
	19:15 - 20:30 Uhr	Kerala	<b>Hatha Yoga</b>	Antonietta Garau Mura	hatha-yoga@swissonline.ch	+41 61 631 20 24