

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 |
|-------------------|-------------------|----------|---------------------------------|-----------------------|----------------------------------|------------------|
| Montag | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 17:45 - 18:45 Uhr | Himalaya | Yoga für Schwangere | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Dienstag | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:30 - 13:30 Uhr | Himalaya | Ayur Yoga und Faszien | Laura Reumer | laurareumer@gmx.ch | +41 79 457 89 11 |
| | 14:00 - 17:00 Uhr | Kerala | One Care Schweiz AG | Chantal Brand | chantal.jae@sfr.fr | |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| Mittwoch | 07:45 - 09:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 09:15 - 10:30 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluemail.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Yoga bei Rückenproblemen | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Donnerstag | 07:45 - 08:50 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 10:00 - 11:00 Uhr | Kerala | Yoga zur Rückbildung | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 18:00 - 19:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Karin Kral | karin.kral@breitband.ch | +41 76 233 46 48 |
| | 18:30 - 19:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 19:30 - 20:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 20:00 - 21:00 Uhr | Kerala | Yoga Foundations | Zane Zaleska | yoga.with.zane.zaleska@gmail.com | +41 79 248 77 59 |

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 |
|--|-------------------|----------|-----------------------------|-----------------------|------------------------------|------------------|
| Freitag | 08:30 - 10:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:15 - 13:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Maja Wetterwald | maja.wetterwald@hin.ch | +41 79 788 34 70 |
| | 17:45 - 19:00 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluemail.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 19:15 - 20:30 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| Unregel- mässig siehe Website | 09:30 - 11:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |
| | 11:30 - 13:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |

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 |
|-------------------|-------------------|----------|---------------------------------|-----------------------|----------------------------------|------------------|
| Montag | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 17:45 - 18:45 Uhr | Himalaya | Yoga für Schwangere | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Dienstag | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:30 - 13:30 Uhr | Himalaya | Ayur Yoga und Faszien | Laura Reumer | laurareumer@gmx.ch | +41 79 457 89 11 |
| | 14:00 - 17:00 Uhr | Kerala | One Care Schweiz AG | Chantal Brand | chantal.jae@sfr.fr | |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| Mittwoch | 07:45 - 09:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 09:15 - 10:30 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluewin.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Yoga bei Rückenproblemen | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Donnerstag | 07:45 - 08:50 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 10:00 - 11:00 Uhr | Kerala | Yoga zur Rückbildung | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 18:00 - 19:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Karin Kral | karin.kral@breitband.ch | +41 76 233 46 48 |
| | 18:30 - 19:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 19:30 - 20:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 20:00 - 21:00 Uhr | Kerala | Yoga Foundations | Zane Zaleska | yoga.with.zane.zaleska@gmail.com | +41 79 248 77 98 |

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 |
|--|-------------------|----------|-----------------------------|-----------------------|------------------------------|------------------|
| Freitag | 08:30 - 10:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:15 - 13:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Maja Wetterwald | maja.wetterwald@hin.ch | +41 79 788 34 70 |
| | 17:45 - 19:00 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluemail.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 19:15 - 20:30 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| Unregel- mässig siehe Website | 09:30 - 11:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |
| | 11:30 - 13:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |

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 |
|-------------------|-------------------|----------|---------------------------------|-----------------------|----------------------------------|------------------|
| Montag | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 17:45 - 18:45 Uhr | Himalaya | Yoga für Schwangere | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Dienstag | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:30 - 13:30 Uhr | Himalaya | Ayur Yoga und Faszien | Laura Reumer | laurareumer@gmx.ch | +41 79 457 89 11 |
| | 14:00 - 17:00 Uhr | Kerala | One Care Schweiz AG | Chantal Brand | chantal.jae@sfr.fr | |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| Mittwoch | 07:45 - 09:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 09:15 - 10:30 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluewin.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Yoga bei Rückenproblemen | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Donnerstag | 07:45 - 08:50 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 10:00 - 11:00 Uhr | Kerala | Yoga zur Rückbildung | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 18:00 - 19:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Karin Kral | karin.kral@breitband.ch | +41 76 233 46 48 |
| | 18:30 - 19:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 19:30 - 20:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 20:00 - 21:00 Uhr | Kerala | Yoga Foundations | Zane Zaleska | yoga.with.zane.zaleska@gmail.com | +41 79 248 77 98 |

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 |
|--|-------------------|----------|-----------------------------|-----------------------|------------------------------|------------------|
| Freitag | 08:30 - 10:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:15 - 13:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Maja Wetterwald | maja.wetterwald@hin.ch | +41 79 788 34 70 |
| | 17:45 - 19:00 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluemail.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 19:15 - 20:30 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| Unregel- mässig siehe Website | 09:30 - 11:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |
| | 11:30 - 13:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |

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 |
|-------------------|-------------------|----------|---------------------------------|-----------------------|----------------------------------|------------------|
| Montag | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 17:45 - 18:45 Uhr | Himalaya | Yoga für Schwangere | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Dienstag | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:30 - 13:30 Uhr | Himalaya | Ayur Yoga und Faszien | Laura Reumer | laurareumer@gmx.ch | +41 79 457 89 11 |
| | 14:00 - 17:00 Uhr | Kerala | One Care Schweiz AG | Chantal Brand | chantal.jae@sfr.fr | |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| Mittwoch | 07:45 - 09:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 09:15 - 10:30 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluewin.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Yoga bei Rückenproblemen | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Donnerstag | 07:45 - 08:50 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 10:00 - 11:00 Uhr | Kerala | Yoga zur Rückbildung | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 18:00 - 19:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Karin Kral | karin.kral@breitband.ch | +41 76 233 46 48 |
| | 18:30 - 19:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 19:30 - 20:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 20:00 - 21:00 Uhr | Kerala | Yoga Foundations | Zane Zaleska | yoga.with.zane.zaleska@gmail.com | +41 79 248 77 98 |

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 |
|--|-------------------|----------|-----------------------------|-----------------------|------------------------------|------------------|
| Freitag | 08:30 - 10:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:15 - 13:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Maja Wetterwald | maja.wetterwald@hin.ch | +41 79 788 34 70 |
| | 17:45 - 19:00 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluemail.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 19:15 - 20:30 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| Unregel- mässig siehe Website | 09:30 - 11:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |
| | 11:30 - 13:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |

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 |
|-------------------|-------------------|----------|---------------------------------|-----------------------|----------------------------------|------------------|
| Montag | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 17:45 - 18:45 Uhr | Himalaya | Yoga für Schwangere | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Dienstag | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:30 - 13:30 Uhr | Himalaya | Ayur Yoga und Faszien | Laura Reumer | laurareumer@gmx.ch | +41 79 457 89 11 |
| | 14:00 - 17:00 Uhr | Kerala | One Care Schweiz AG | Chantal Brand | chantal.jae@sfr.fr | |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Ariane Weber | weberariane@bluewin.ch | +41 79 484 37 43 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| Mittwoch | 07:45 - 09:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 09:15 - 10:30 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluewin.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 17:30 - 18:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Kerala | Yoga bei Rückenproblemen | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| | 19:00 - 20:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 20:30 - 21:45 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Hansjörg Straumann | h.straumann@bluewin.ch | +41 61 278 91 14 |
| Donnerstag | 07:45 - 08:50 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 09:00 - 10:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Carla Felber | carla.felber@lotosyoga.ch | +41 61 322 33 04 |
| | 10:00 - 11:00 Uhr | Kerala | Yoga zur Rückbildung | Julie Detzel | juliedetzel@gmail.com | +41 79 202 73 27 |
| | 18:00 - 19:15 Uhr | Himalaya | Hatha Yoga | Karin Kral | karin.kral@breitband.ch | +41 76 233 46 48 |
| | 18:30 - 19:45 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Martin Merz | mail@martinmerz-yoga.ch | +41 79 824 61 90 |
| | 19:30 - 20:45 Uhr | Himalaya | Yin Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 20:00 - 21:00 Uhr | Kerala | Yoga Foundations | Zane Zaleska | yoga.with.zane.zaleska@gmail.com | +41 79 248 77 98 |

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 |
|--|-------------------|----------|-----------------------------|-----------------------|------------------------------|------------------|
| Freitag | 08:30 - 10:00 Uhr | Himalaya | Kundalini Yoga | Andrea Ledergerber | andrealedergerber@bluewin.ch | +41 79 443 85 67 |
| | 11:00 - 12:15 Uhr | Himalaya | Yoga für Leute ab 60 | Anna Taschlieber | taschlieber@gmail.com | +41 79 435 21 85 |
| | 12:15 - 13:15 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Maja Wetterwald | maja.wetterwald@hin.ch | +41 79 788 34 70 |
| | 17:45 - 19:00 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Beat Lütolf | beat.luetolf@bluemail.ch | +41 61 421 98 83 |
| | 19:15 - 20:30 Uhr | Kerala | Hatha Yoga | Antonietta Garau Mura | hatha-yoga@swissonline.ch | +41 61 631 20 24 |
| Unregel- mässig siehe Website | 09:30 - 11:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |
| | 11:30 - 13:00 Uhr | Himalaya | Aerial Yoga | Nathalie Miller Lanz | info@nathaliemiller.ch | +41 78 664 40 20 |