



# Christine Schmid Yoga & Pilates

## Kursplan – Gruppenunterricht

Anmeldung unter: 089 60 01 90 77 oder [info@cs-yoga-pilates.de](mailto:info@cs-yoga-pilates.de)  
Struwelpeterstraße 11a 81739 München

Montag

18:00 – 19:15 Uhr  
**Yoga Flow**

Dienstag

9:30 – 10:45 Uhr  
**Faszien Yoga**

17:30 – 18:45 Uhr  
**Rückentraining**

19:00 – 20:15 Uhr  
**Yoga Flow**

Mittwoch

17:30 – 18:45 Uhr  
**Yoga**

19:00 – 20:15 Uhr  
**Yin Yoga**

Donnerstag

9:30 – 10:45 Uhr  
**Faszien Pilates**

18:00 – 19:15 Uhr  
**Selfcare Yoga**

Stand: 31.01.22