Neuer Kursplan 2026/27

Bamboo … Bewegung, die gut tut!

Schnupperkarten: für NEUkund*Innen nur 39 € | für Kids & Teens nur 12 €

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Termine bis 15 Uhr						
9:30 · 90 HATHA YOGA SOFT	9:30 · 60 QIGONG	9:00 · 75 YOGA FLOW SOFT	7:30 · 60 MORNING PILATES NEU	8:00 · 75 MORNING YOGA	9:30 · 60 CARDIO PILATES	10:30 · 90 HATHA YOGA
		13:30 · 60 G*OLDIES TANZ NEU			10:00 · 90 HATHA YOGA	
Termine 15-18:00 Uhr						
15:45 · 60 K-POP NEU **10-12 J.** nicht in d. Ferien	16:00 · 45 KREAT. KINDERTANZ **5-6 J.** nicht in d. Ferien	15:45 · 60 GIRLS YOGA **Ab 8 J.** nicht in d. Ferien	15:45 · 60 CHOREO/EXPLORE **8-11 J.** nicht in d. Ferien	16:00 · 60 STREETDANCE **7-9 J.** nicht in d. Ferien		
16:00 · 45 KREAT. KINDERTANZ **3-4 J.** nicht in d. Ferien	16:45 · 60 KINDER YOGA **9-12 J.** nicht in d. Ferien	15:45 · 60 HIP HOP **9-12 J.** nicht in d. Ferien	16:15 · 75 ★ YOGA FÜR SCHWANGERE je 8x | Termine → Website	17:00 · 60 STREETDANCE **10-11 J.** nicht in d. Ferien		
16:50 · 60 KREAT. KINDERTANZ **5-6 J.** nicht in d. Ferien	16:50 · 60 ZEITGEN. KINDERTANZ **7-9 J.** nicht in d. Ferien	16:45 · 60 GIRLS YOGA **Ab 14 J.** nicht in d. Ferien	16:50 · 60 CHOREO/EXPLORE **12-14 J.** nicht in d. Ferien			
16:50 · 60 K-POP NEU **Ab 13 J.** nicht in d. Ferien		16:45 · 60 HIP HOP **Ab 14 J.** nicht in d. Ferien				
Termine ab 18 Uhr						
18:00 · 90 POWER HATHA YOGA	18:00 · 90 VINYASA YOGA	18:00 · 90 HATHA FLOW	18:00 · 90 HATHA YOGA	18:00 · 60 STREETDANCE **Ab 12 J.** nicht in d. Ferien		18:00 · 90 YIN YOGA
18:00 · 90 YIN YOGA NEU	18:00 · 60 PILATES	18:00 · 90 RÜCKEN YOGA	18:00 · 60 PILATES	18:00 · 60 CALISTHENICS NEU		18:45 · 75 VINYASA YOGA SOFT
19:45 · 75 VINYASA YOGA SOFT NEU	19:15 · 75 YIN & YANG YOGA		19:15 · 60 QIGONG NEU			
19:45 · 75 MÄNNERYOGA	19:45 · 75 VINYASA YOGA SOFT	20:00 · 90 ★ ABSOLUTE BEGINNERS je 8x | Termine → Website	19:45 · 90 YOGA F.D. STARKEN RÜCKEN	19:30 · 90 ATEMPAUSE U.V.M. siehe Webseite oder Eversports		



IMPROTHEATER HEITER SCHEITERN

2 Kurse mit je 10 Terminen ab 9. Jan. 27

1. für Teens von 13–18 Jahren
Samstags, 13:00–14:30 Uhr

2. für Erwachsene ab 18 Jahren
Samstags, 15:00–17:00 Uhr

Jetzt QR Code scannen und mehr erfahren!

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN! DEN AKTUELLEN KURSPLAN FINDEST DU UNTER WWW.BAMBOO-YOGA.DE UND UNTER DIESEM QR CODE:

VORANMELDUNG ERFORDERLICH · PRÄVENTIONSKURS: ZUSCHUSS DER KASSE MÖGLICH · AUCH ONLINE

OFFENER KURS, Platzreservierung empfohlen · KURSDAUER IN MINUTEN · INFO@BAMBOO-YOGA.DE

bamboo EINFACH YOGA