

# IN BALANCE LEBACH Kursplan

Montag

09-10:00 Uhr

YIN YOGA mit  
SABRINA

10:05-10:45

YOGA NIDRA  
mit SABRINA

Dienstag

06:00-06:30

SADHANA  
mit SABRINA

16:30-17:45  
YOGA für  
SCHWANGERE

18:00-19:00  
YOGA mit  
SABRINA

19:15-20:15

Mittwoch

10-11:00 Uhr

FITDANKBABY®  
Fitness nach der  
Schwangerschaft  
mit SABRINA

Donnerstag

06:00-06:30

SADHANA  
mit SABRINA

09:30-10:45

YOGA für  
SCHWANGERE  
mit SABRINA

11:00-12:00

FITDANKBABY®  
Fitness nach der  
Schwangerschaft  
mit SABRINA

Freitag

Samstag

Sonntag

10:00-11:00

YOGA mit  
SABRINA

11:15-12:15

18:30-20:15

SADHANA  
mit SABRINA