

# Stundenplan ab 19.05.2025



|               | Montag                           | Dienstag                              | Mittwoch                              | Donnerstag | Freitag                                       | Samstag                          | Sonntag                      |
|---------------|----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|------------|-----------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------|
| 9.00 - 10.00  | Power Vinyasa<br>Einsteiger/Alle |                                       | Easy Vinyasa<br>Einsteiger/Alle       |            | Power Vinyasa<br>Geübte/Alle                  |                                  |                              |
| 10.00 - 11.00 |                                  |                                       |                                       |            |                                               | Power Vinyasa<br>Einsteiger/Alle | Power Vinyasa<br>Geübte/Alle |
| 18.00 - 19.00 |                                  |                                       |                                       |            | Yin<br>Dehnen & Entspannen<br>Einsteiger/Alle |                                  |                              |
| 18.30 - 19.30 | Easy Vinyasa<br>Einsteiger/Alle  | Power Vinyasa<br>Geübte/Alle          | Mobility&Stability<br>Einsteiger/Alle |            |                                               |                                  |                              |
| 19.00 - 20.00 |                                  |                                       |                                       |            |                                               |                                  |                              |
| 20.00 - 21.00 |                                  | Easy Vinyasa & Yin<br>Einsteiger/Alle |                                       |            |                                               |                                  |                              |

**Tarife:** 14€/h regulär; 13€/h ermässigt (Schüler, Studenten Azubis,...)  
10er Ticket: 130€ regulär; 120€ ermässigt (4 Monate gültig, nicht übertragbar)

**Mitgliedschaft:** 65€ regulär; 55€ ermässigt

**Easy Yoga:** leichter-moderater Flow  
**Power Yoga:** anstrengend und kraftaufbauend

**Einsteiger/Alle:** einfacher aufgegliedert, weniger Positionswechsel  
**Geübte/Alle:** alle Teilnehmer sollten mit Vinyasa Yoga vertraut sein und ihre Übungen ggf. selber modifizieren können

Yoga in Bamberg - Doris Kunert  
Jäckstraße 35a  
96052 Bamberg

Mail: [info@doriskunert.com](mailto:info@doriskunert.com)  
Mobil: 0151/70523592