

Yoga ia

www.yogalia.de



Ich freu' mich auf dich.

MO

Darmstadt

17:00 – 18:30 Uhr
Firmenyoga

Rüsselsheim

19:30 – 20:45 Uhr
Hatha Yoga
und Pranayama

DI

Rüsselsheim

17:30– 18:45 Uhr
Anusara®
Elements Yoga

Rüsselsheim

19:00- 20:15 Uhr
Yoga zum
Tages-
Ausklang

MI

Rüsselsheim

18:30 - 19:30 Uhr
Pilates

DO

Rüsselsheim

17:00 - 18:15 Uhr
für Beginner*in
(ab April 26)

Rüsselsheim

18:30- 19:45 Uhr
Anusara®
Elements Yoga

FR

Rüsselsheim

7:00- 8:00 Uhr
Yoga für
Frühaufsteher*in
(in Planung)

SO

Rüsselsheim

09:00 – 10:00 Uhr
Yoga für Jeden

**ab Mai 2026 im
Waldschwimmbad**

08:30 – 09:30 Uhr
Yoga für Jeden

Darmstadt | Rüsselsheim: Friedensstraße | Waldschwimmbad

Anmeldung und Informationen: 0178 – 61 68 454 | namaste@yogalia.de
www.yogalia.de