

KURSPLAN 2010

| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG |
|---|---|---|--|--|
| | "MORGENGRUß" DIE 5 TIBETER <i>mit Christina</i> | "MORGENGRUß" DIE 5 TIBETER <i>mit Christina</i> | "MORGENGRUß" DIE 5 TIBETER <i>mit Christina</i> | "MORGENGRUß" DIE 5 TIBETER <i>mit Christina</i> |
| | 10:00 - 11:00 | 10:00 - 11:00 | 10:00 - 11:00 | 10:00 - 11:00 |
| "MITTAGS-CHILL" ENTSPANNEN SIE... <i>Christina/Harry</i> | "MITTAGS-CHILL" ENTSPANNEN SIE... <i>Christina/Harry</i> | "MITTAGS-CHILL" ENTSPANNEN SIE... <i>Christina/Harry</i> | "MITTAGS-CHILL" ENTSPANNEN SIE... <i>Christina/Harry</i> | "MITTAGS-CHILL" ENTSPANNEN SIE... <i>Christina/Harry</i> |
| 12:00 - 12:20 | 12:00 - 12:20 | 12:00 - 12:20 | 12:00 - 12:20 | 12:00 - 12:20 |
| und | und | und | und | und |
| 12:30 - 12:50 | 12:30 - 12:50 | 12:30 - 12:50 | 12:30 - 12:50 | 12:30 - 12:50 |
| MEDITATIVES BOGENSCHIESSEN FÜR ERWACHSENE <i>mit Harry</i> | KALARI© SANFTE KÖRPERARBEIT <i>mit Christina</i> | KALARI© SANFTE KÖRPERARBEIT <i>mit Christina</i> | MEDITATIVES BOGENSCHIESSEN FÜR JUGENDLICHE <i>mit Harry</i> | |
| 17:45 - 19:15 | 17:45 - 19:15 | 17:45 - 19:15 | 18:30 - 19:30 | |
| KALARI© SANFTE KÖRPERARBEIT <i>mit Christina</i> | MEDITATIVES BOGENSCHIESSEN FÜR ERWACHSENE <i>mit Harry</i> | MEDITATIVES BOGENSCHIESSEN FÜR ERWACHSENE <i>mit Harry</i> | MEDITATIVES BOGENSCHIESSEN FÜR ERWACHSENE <i>mit Harry</i> | |
| 19:30 - 21:00 | 19:30 - 21:00 | 19:30 - 21:00 | 19:30 - 21:00 | |

"AYURVEDA & ZEN IN ESSEN"



Ayurveda & Zen

CHRISTINA KURBALITSCH & HARRY MARK

GIRARDET HAUS, GIRARDETSTR. 2-38, EINGANG 5, EBENE 4, 45131 ESSEN

TEL. 0201 - 25 65 70
MOBIL 0177 - 254 68 40

INFO@AYURVEDA-KALARI-FITNESS.DE

WWW.AYURVEDAUNDZEN.DE