



manomauna yoga

Yogastunden während den Sommerferien 2026

Wir freuen uns, euch auch während den Sommerferien einen attraktiven, leicht reduzierten Stundenplan anbieten zu können. Die Anmeldung erfolgt wie gewohnt über «Nuudel». **Wichtig!!!** Sämtliche Yogastunden finden nur statt, wenn sich **mind. 5 Teilnehmer** im «Nuudel» angemeldet haben. Bitte registriere dich jeweils **1 Tag** im Vorfeld der Yogastunde. Herzlichen Dank!

Uzwil

1. Ferienwoche: 6. bis 12. Juli 2026

- Montag, 6. Juli 2026, 18.00 bis 19.30 Uhr Hatha-Flow (Michelle)
- Montag, 6. Juli 2026, 19.45 bis 21.15 Uhr Hatha-Flow (Michelle)
- Dienstag, 7. Juli 2026, 19.15 – 20.45 Uhr Hatha-Flow (Nathalie)
- Donnerstag, 9. Juli 2026, 19.45 – 21.15 Uhr Faszien-Yoga (Michelle)

2. Ferienwoche: 13. bis 19. Juli 2026

- Montag, 13. Juli 2026, 19.45 bis 21.15 Uhr Hatha-Flow (Nathalie)
- Dienstag, 14. Juli 2026, 19.15 bis 20.45 Uhr Hatha-Flow (Nathalie)
- Donnerstag, 16. Juli 2026, 19.45 bis 21.15 Uhr Faszien-Yoga (Michelle)

3. Ferienwoche: 20. bis 26. Juli 2026

- Montag, 20. Juli 2026, 19.00 – 20.30 Uhr Yoga & more (Bettina)
- Dienstag, 21. Juli 2026, 09.30 – 11.00 Uhr sanftes Yoga (Bettina)
- Dienstag, 21. Juli 2026, 19.15 bis 20.45 Uhr Hatha-Flow (Nathalie)
- Donnerstag, 23. Juli 2026, 19.45 bis 21.15 Uhr Faszien-Yoga (Michelle)

4. Ferienwoche: 27. Juli bis 2. August 2026

- Montag, 27. Juli 2026, 19.00 bis 20.30 Uhr Yoga & more (Bettina)
- Dienstag, 28. Juli 2026, 09.30 bis 11.00 Uhr sanftes Hatha Yoga (Bettina)
- Dienstag, 28. Juli 2026, 19.15 bis 20.45 Uhr Hatha-Flow (Nathalie)
- Donnerstag, 30. Juli 2026, 19.45 bis 21.15 Uhr Faszien-Yoga (Michelle)

5. Ferienwoche: 3. bis 9. August 2026

- Montag, 3. August 2026, 19.00 bis 20.30 Uhr Yoga & more (Bettina)
- Dienstag, 4. August 2026, 09.30 bis 11.00 Uhr sanftes Hatha Yoga (Bettina)
- Dienstag, 4. August 2026, 19.15 bis 20.45 Uhr Hatha-Flow (Nathalie)
- Donnerstag, 6. August 2026, 19.45 bis 21.15 Uhr Faszien-Yoga (Michelle)