

WILLKOMMEN BEI BIKRAM YOGA ALTONA

DAS WICHTIGSTE AUF EINER SEITE

KURSZEITEN.

Jeder Kurs ist für Einsteiger geeignet, einfach beim ersten Mal 20 Minuten vor Kursbeginn bei uns sein. Die Kurse dauern 90 Minuten und starten pünktlich, der Check-In endet 5 Minuten vor Kursbeginn. Die Kurszeiten können an Feiertagen variieren.

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
10:30	9:30	10:30	9:30	8:00	9:30	9:30
16:30	17:30	16:30	17:30	10:30	12:00	12:00
18:30	19:30	18:30	19:30	16:30	16:30	16:30
20:30		20:30		18:30		18:30

DAS ERSTE MAL BIKRAM YOGA?

Es ist keine Anmeldung erforderlich, einfach 20 Minuten vor Kursbeginn erscheinen, damit wir dir noch etwas erzählen können. Mitbringen: Zwei große Handtücher, leichte Sportkleidung (Shorts, Top) und eine Flasche Wasser (bitte keine Glasflaschen). Wir empfehlen, 2-3 Stunden vor Kursbeginn auf üppige Mahlzeiten zu verzichten und vorher ausreichend zu trinken.

Unser STARTER-ANGEBOT: Du kannst 10 Tage lang beliebig oft zum Yoga kommen, eine Leihmatte ist inklusive.

ADRESSE, KONTAKT UND ANFAHRT

BIKRAM YOGA ALTONA | Mendelssohnstraße 15 Haus B | 22761 Hamburg

Mail: info@bikramaltona.de | Internet: bikramaltona.de | Tel: 040-88 15 06 46



Vom S-Bahnhof Bahrenfeld: 7 Minuten Spaziergang

Von den Bushaltestellen: 4 Minuten Spaziergang

Parken auf dem Gelände oder an der Mendelssohnstraße

...SEE YOU ON THE MAT!