



KURSPLAN BELI YOGA STUDIOS

FLOW
TEACH
GROW

MONTAG

Bismarckstraße

Vinyasa Flow

Beginner & Level 1
17:00 Uhr - Larissa

**Rückbildung /
Beckenboden für alle**
18:30 Uhr - Stephanie*

**Beckenboden
Aufbaukurs**
18:30 Uhr - Stephanie*

Hindenburgstraße

**Stärke Deine Mitte
mit Baby/Kleinkind**
10:45 Uhr - Kathi

Pilates meets Yoga
17:15 Uhr - Jennifer

Vinyasa Flow Level 2
18:30 Uhr - Bea
im Studio & online live

Deep Stretch & Relax
20:00 Uhr - Bea
im Studio & online live

DIENSTAG

Bismarckstraße

Magic Morning Yoga
9:30 Uhr - Nicole

Hatha Yoga
17:00 Uhr - Kathi

Aerial Yoga
18:30 Uhr - Kristina
Anmeldung Eversports

Hindenburgstraße

**Yoga für
Senioren**
15:30 Uhr - Nicole

Floor Barre
18:00 Uhr - Anjeli

Yin Yoga
19:00 Uhr - Anjeli

Yoga für Männer
20:15 Uhr - Miki

Reinshagen

Yoga Basic Flow
18:30 Uhr - Lisa

Yoga Basics
20:00 Uhr - Lisa

MITTWOCH

Hindenburgstraße

Morning Power Boost
7:15 Uhr - Jennifer

Babymassage
9:30 Uhr - Stephanie*

Rückbildung mit Baby
10:45 Uhr - Stephanie*

Yoga Basics
17:00 Uhr - Steffy
im Studio & online live

Vinyasa Flow Level 2
18:30 Uhr - Lisa
im Studio & online live

Yoga Basic Flow
Beginner & Level 1
20:00 Uhr - Lisa
im Studio & online live

Lennep

Yoga Basic Flow
18:30 Uhr - Kristina

Deep Stretch & Relax
19:45 Uhr - Kristina

Reinshagen

Yoga Basic Flow
19:15 Uhr - Daniela

DONNERSTAG

Hindenburgstraße

Kinderyoga
Kursreihe*
(mit Anmeldung)
15:00 Uhr - Kathi

**Pilates
Beginner & alle Level**
17:30 Uhr - Desiree

Power Pilates
18:45 Uhr - Desiree
im Studio & online live

**Yin &
Restoratives Yoga**
20:00 Uhr - Gül

Reinshagen

**Outdoor Fitness
Stadion**
17:30 Uhr - Jennifer

Beginner & alle Level

mit Yoga-Erfahrung

Entspannung

Fitness

FREITAG

Hindenburgstraße

Yoga für Schwangere
15:00 Uhr - Stephanie
ab Januar 2026

Yoga(t) shaped
17:30 Uhr - Bea

Friday Night Specials
siehe Eversports
ab 19:00 Uhr

🎉 Zur Eröffnung – und nur für kurze Zeit:

- Premium Membership für nur 49 € statt 79 €**
- ✓ Yoga, Fitness & Pilates – so oft Du möchtest
 - ✓ Premium-Qualität – zum besten Preis
 - ✓ Lohnt sich schon bei 3 Besuchen im Monat
 - ✓ Du sicherst Dir den Eröffnungspreis langfristig

🎁 Unser Geschenk an Dich:
14 Tage Yoga, Pilates & Fitness - for free.
Teste alle Kurse 2 Wochen
kostenlos & unverbindlich ❤️

Schwangere & Kinder

Pilates

Yoga für Männer

SONNTAG

Bismarckstraße

Functional Fitness
11:00 Uhr - Bea & Jenni
Oktober bis April

Inside Flow
1 x Monat
Termine in Eversports
12:30 Uhr - Britta

Stadtpark

Yoga im Park
11:00 Uhr - BELI Team
Juni-August

ACADEMY*

Hindenburgstraße

**200h Vinyasa
Yogalehrer:innen
Ausbildung**
Start Februar 2026

**Mental Health Coach
Ausbildung**
Start April 2026

**25h Pilates
Ausbildung**
30.01 - 1.02.2026

**25h Yin & Restorative
Yoga Ausbildung**
05. - 06.12.2026

**Tagesretreats
High on Self
mit Bea&Lisa**
10.01.2026
24.01.2026
21.02.2026

Mehr Events & Infos:
www.beliyoga.de



WHATS APP
COMMUNITY

www.beliyoga.de

Gültig ab dem 8. September 2025.
Kurzfristige Änderungen sind möglich.
Den tagesaktuellen sowie den Ferien-
kursplan findest Du jederzeit online in
unserem Buchungssystem über
Eversports auf beliyoga.de.
*Kursreihen und Ausbildungselemente
sind nicht in der Premium Membership
enthalten.

JOIN
THE
BELI
FLOW