Ashtanga Yoga Loft - ***Stundenplan ab Juni 2024***

ab 6.50h offen, NEU: 7.10h Opening Chant, bis 7.45h möglicher Beginn + Mo/Mi/Fr auch bis 9h!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 9 Mysore * Elena 9 - 10.30 Mysore * Claudia	7 - 9 Mysore * Claudia 9 - 10 Selfpractice	7 - 9 Mysore * Micha 9 - 10.30 Mysore * Claudia	7 - 9 Mysore * Claudia 9 - 10 Selfpractice	7 - 9 Mysore * Claudia B. 9 - 10.30 Mysore * Claudia	10 - 11.30h Ashtanga Led Med/Adv. Claudia HYBRID und NUR nach Ankündigung! !	
		16 - 17.15 Schwangeren Yoga wieder ab August!				
17.30 - 19 Vinyasa Level 1 Jana	18 - 19.30 Mysore Claudia	18 - 19.15 Einsteigerkurs** nur mit Anmeldung!	18 - 19.30 Mysore Claudia/Elena			17 - 18.30 Mysore Lehrer/in im Wechsel
19.30 - 21 Ashtanga Led Medium Claudia Bauer	20 - 21.30 Yin Yoga Lena (English)	20 - 21.30 Vinyasa Level 2 Mark (English)	20 - 21.30 Ashtanga Led Basic * Claudia/Caroline			

mit ANMELDUNG ÜBER DAS BUCHUNGSSYSTEM!!! (max. 22 bzw. 24 TeilnehmerInnen, ab 3 unterrichten wir!) Link findest du auf der Website!

* EINSTEIGERINNEN SIND EBENSO WILLKOMMEN

** Einsteigerkurs: 6 aufeinander aufbauende Termine (nur mit Anmeldung - Termine siehe Website!)