

## KURSPLAN im YogaStudio OM

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
	<b>AERIAL Yoga</b> mit Undine 09:30 – 11:09		<b>Kundalini Yoga</b> mit Jorid Dass Namjot 09:00 – 10:30 <b>ab Mai 24</b>		Diverse Workshop Angebote - siehe Homepage
<b>Hatha Yoga für Trauernde</b> mit Birgit 17:00 – 18:30	<b>ANFÄNGER Hatha Yoga</b> mit Kai 17:00 – 18:30 KK anerkannt		<b>RÜCKEN Hatha Yoga</b> mit Kai 17:00 – 18:30 KK anerkannt	<b>Vinyasa Yoga</b> mit Laura 17:30 – 19:00	Diverse Workshop Angebote - siehe Homepage
<b>AERIAL Yoga</b> mit Sigi 18:00 – 19:30	sanfter <b>Hatha Flow</b> mit Afsane 17:30 – 18:30	“RISHIKESH REIHE“ <b>Hatha Yoga</b> mit Sigi 17:30 – 19:00	<b>Hatha Yoga Mittelstufe</b> mit Kai <b>19:00 – 20:30</b>	<b>AERIAL Yoga Basic</b> Undine 17:45 – 19:15	<b>AERIAL Yin Yoga</b> mit Undine 17:30 – 19:00
<b>Hatha Yoga Mittelstufe</b> mit Afsane 19:00 – 20:30	<b>ANUSARA Yoga</b> mit Kai <b>19:00 – 20:30</b>				
	<b>YIN YOGA</b> mit Afsane 19:00 – 20:30	<b>AERIAL YIN Yoga</b> mit Andreas 19:30 – 21:00			