

## KURSPLAN im YogaStudio OM März 2022

<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>	<i>Sonntag</i>
	<b>Mantra Meditation</b> mit Afsane 06:30 - 07:00 <b>ONLINE</b>				COMMUNITY CLASS <b>Hatha Yoga</b> mit div. Lehrer*innen auf Spendenbasis 10:00 - 11:30 <b>LIVE</b>
	ANFÄNGER <b>Hatha Yoga</b> mit Kai 17:00 - 18:30 <b>LIVE - KK anerkannt</b>	"RISHIKESH REIHE" <b>Hatha Yoga</b> mit Sigi 17:30 - 19:00 <b>LIVE</b>	RÜCKEN <b>Hatha Yoga</b> mit Kai 17:00 - 18:30 <b>HYBRID - KK anerk.</b>		
	DYNAMISCH <b>Vinyasa Yoga</b> mit Thomas <b>ab dem 15.03.22</b> 17:30 - 19:00 - <b>LIVE</b>	DYNAMISCH <b>Hatha Yoga</b> mit Clara 18:30 - 20:00 <b>LIVE</b>	<b>KIRTAN &amp; BHAJAN</b> gemeinsam Singen mit Afsane 17:30 - 18:30 <b>LIVE</b>		
<b>AERIAL Yoga</b> mit Sigi 18:00 - 19:30 <b>LIVE</b>		<b>AERIAL Yoga</b> <b>EINSTEIGER</b> mit Andreas <b>LIVE</b> 18:30 - 19:15 - <b>nicht jede Woche</b>	ENTSPANNT <b>YIN Yoga</b> mit Afsane - <b>HYBRID</b> 19:00 - 20:30	FEEL YOURSELF <b>Hatha Yoga</b> mit Marie & Nina 18:00 - 19:30 - <b>LIVE</b>	
<b>Hatha Yoga</b> <b>Mittelstufe</b> mit Afsane 19:00 - 20:30 <b>HYBRID</b>	<b>ANUSARA Yoga</b> mit Kai 19:00 - 20:30 <b>HYBRID</b>	<b>AERIAL Yoga</b> mit Andreas 19:30 - 21:00 <b>HYBRID</b>	<b>Hatha Yoga</b> <b>Mittelstufe</b> mit Kai 19:00 - 20:30 <b>HYBRID</b>	<b>AERIAL Yoga Basic</b> Team 18:30 - 20:00 <b>LIVE</b>	

