

KURSPLAN im YogaStudio OM ab Januar 2022

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
	Mantra Meditation mit Afsane 06:30 - 07:00 ONLINE	sicher und gelassen im Stress - Kurs mit Diane - Start 16.02.22 - 8x - 09:30 - 11:00 - LIVE KK- anerkannt			COMMUNITY CLASS Hatha Yoga mit div. Lehrer*innen auf Spendenbasis 10:00 - 11:30 LIVE
AERIAL Yoga mit Sigi 18:00 - 19:30 LIVE	ANFÄNGER Hatha Yoga mit Kai 17:00 - 18:30 LIVE - KK anerkannt	“RISHIKESH REIHE“ Hatha Yoga mit Sigi 17:30 - 19:00 LIVE	RÜCKEN Hatha Yoga mit Kai 17:00 - 18:30 HYBRID - KK anerk.		
		DYNAMISCH Hatha Yoga mit Clara - LIVE 18:30 - 20:00	KIRTAN & BHAJAN gemeinsam Singen mit Afsane - LIVE 17:30 - 18:30		
	ANUSARA Yoga mit Kai 19:00 - 20:30 HYBRID	AERIAL Yoga EINSTEIGER mit Andreas LIVE 18:30 - 19:15 - nicht jede Woche	ENTSPANNT YIN Yoga mit Afsane 19:00 - 20:30 HYBRID	FEEL YOURSELF Hatha Yoga mit Marie & Nina 18:00 - 19:30 LIVE	
Hatha Yoga Mittelstufe mit Afsane 19:00 - 20:30 HYBRID	NUR FÜR FRAUEN „Keine weibliche Natur“ mit Anna - LIVE ab 18.01. - 17:30 - 19:00	AERIAL Yoga <i>mit Vorkenntnissen</i> mit Andreas 19:30 - 21:00 HYBRID	Hatha Yoga Mittelstufe mit Kai 19:00 - 20:30 HYBRID	AERIAL Yoga BASIC Team 18:30 - 20:00 LIVE	