

## KURSPLAN im YogaStudio OM ab Oktober 2022

<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>	<i>Sonntag</i>
	<b>AERIAL Yoga</b> mit Undine <i>09:30 - 11:09</i>	<b>MANTRA MEDITATION</b> mit Afsane <i>online</i> <i>06:30 - 07:00</i>	DYNAMISCH <b>Vinyasa Yoga</b> mit Thomas <i>10:00 - 11:30</i>		Diverse Workshop Angebote - siehe Homepage
<b>NEU</b> <b>Yoga für Trauernde</b> mit Birgit <i>17:00 - 18:30</i>	ANFÄNGER <b>Hatha Yoga</b> mit Kai <i>17:00 - 18:30</i> KK anerkannt	"RISHIKESH REIHE" <b>Hatha Yoga</b> mit Sigi <i>17:30 - 19:00</i>	RÜCKEN <b>Hatha Yoga</b> mit Kai <i>17:00 - 18:30</i> <b>HYBRID</b> - KK anerk.		Diverse Workshop Angebote - siehe Homepage
<b>AERIAL Yoga</b> mit Sigi <i>18:00 - 19:30</i>	DYNAMISCH <b>Vinyasa Yoga</b> mit Thomas <i>17:30 - 19:00</i>				
<b>KIRTAN &amp; BHAJAN</b> mit Afsane <i>17:30 - 18:30</i> auf Spendenbasis	<b>ANUSARA Yoga</b> mit Kai <i>19:00 - 20:30</i>	<b>Move &amp; Meditate</b> mit Silvi <i>19:30 - 20:30</i>	ENTSPANNT <b>YIN Yoga</b> mit Afsane - <b>HYBRID</b> <i>19:00 - 20:30</i>	FEEL YOURSELF <b>Hatha Yoga</b> mit Marie & Nina <i>18:00 - 19:30</i>	<b>AERIAL Yin Yoga</b> Undine <i>17:30 - 19:00</i> <i>alle 14 Tage</i>
<b>Hatha Yoga Mittelstufe</b> mit Afsane <i>19:00 - 20:30</i> <b>HYBRID</b>	ENTSPANNT <b>YIN Yoga</b> mit Thomas <i>19:30 - 21:00</i>	<b>AERIAL Yoga</b> <b>klassisch &amp; YIN</b> <b>14 tägig im Wechsel</b> mit Andreas <i>19:30 - 21:00</i>	<b>Hatha Yoga Mittelstufe</b> mit Kai <i>19:00 - 20:30</i>	<b>AERIAL Yoga</b> <b>Basic</b> Undine <i>17:30 - 19:00</i>	