

STUNDENPLAN

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

09:30 UHR 
SOFT VINYASA
Level I | mit Max

09:00 UHR
ASHTANGA
Level I | mit Max

16:00 UHR
SOFT VINYASA
Level I | mit Max

18:00 UHR
HATHA
Level I | mit Adrianna

17:30 UHR 
ASHTANGA
Anfängerkurs

17:30 UHR 
ASHTANGA
Anfängerkurs

17:30 UHR
ASHTANGA
Level II | mit Max

19:30 UHR
ASHTANGA
Level II | mit Max

19:00 UHR
ASHTANGA
Level III | mit Max

19:00 UHR
VINYASA
Level I | mit Max

OFFEN FÜR ALLE!

Keine Vorkenntnisse erforderlich, keine Anmeldung nötig.
...einfach vorbeikommen und mitmachen!

OFFEN FÜR FORTGESCHRITTENE

Hier solltest du schon etwas Erfahrung im Ashtanga Yoga mitbringen.
Noch unsicher? ...sprich uns einfach an!

OFFEN FÜR FORTGESCHRITTENE YOGIS

Hier üben wir die erste Serie (*Primary Series*) des Ashtanga Yoga.
Hier solltest du gute Vorkenntnisse mitbringen.

GESCHLOSSENE KURSE

Diese Kurse erfordern eine Anmeldung. Die Anfängerkurse erstrecken sich über zehn Einheiten und bauen systematisch aufeinander auf.