

Ashtanga Yoga Loft Stundenplan für Juli bis September 2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
ab 6.50h ist die Tür geöffnet - du kannst bis 7.45h beginnen! (Max. 12 Personen im Yoga Loft sind erlaubt, Anmeldung über Doodle!)						
7 - 9 Mysore * David	7 - 9 Mysore * Danka	7 - 9 Mysore * David/Elena	7 - 9 Mysore * Danka	7 - 9 Mysore * David		
8.45 - 10.15 Mysore*/Selfpractice (siehe Doodle-Liste) Jakub (David)	8.45 - 10.15 Selfpractice (Danka)	8.45 - 10.15 Selfpractice (David/Vera)	8.45 - 10.15 Selfpractice (Danka)	8.45 - 10.15 Mysore*/Selfpractice (siehe Doodle-Liste) Jakub (David)	10 - 11.30h Led Medium/ Avanced * David	
					4.7., 25.7., 8.8., 22.8.	17 - 18.30 Mysore * ab 19.7. - 30.8. Sommerpause!
18 - 19 Vinyasa Flow Jana Infos s. Website!	18 - 19.30 Mysore * David		18 - 19.30 Mysore * Elena/Jakub			
19.30 - 21 Led Medium * David	20 - 21.15 Einsteigerkurs** wieder ab 1.9.!	20 - 21.30 Yin Yoga * Frances	20 - 21.30 Led Basic * David			

Neu ab 7.9.

* zur Zeit mit ANMELDUNG ÜBER DOODLE!!! (Max. 12 TeilnehmerInnen, ab 4 unterrichten wir, (siehe Doodle-Liste!) EINSTEIGERINNEN SIND WILLKOMMEN!

** Einsteigerkurse: 6 aufeinander aufbauende Termine, nur mit Anmeldung - siehe Website!

English speaking teachers: Danka and David!!! (Claudia and Elena: German and English :-) P.S.: Claudia ist im Mutterschutz bis mind. Ende September!