

Saccidananda Yoga

- ein Tempel für Yoga und Meditation -



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7	Ashtanga-Yoga (M/F) 7:30 – 8:45 Andrea			Meditation 7:00 – 7:50	Meditation 7:00 – 7:50		
8							
9		Yin-Yoga (A) 9:00 - 10:30 Anke					
10			Hatha-Yoga (A) 9:30 – 11:00 Tihana	Hatha-Yoga (A) 9:30 - 11:00 Tobias	Spenden-Yoga (A) 9:30 - 11:00 Claudia (nicht in den Ferien)		Yoga (A) zum Entspannen 10:00 - 11:30 Andrea (jeden 4. Sonntag im Monat)
11		Hatha-Yoga (A) 11:00 - 12:30 Tobias				Hatha-Yoga (A-F) 11:00 - 12:30 Tihana	
12							
13							
14			Harmonium (A-F) alle zwei Wochen 13:30 – 14:30 (Termine siehe Homepage)				
15							
16				Hatha-Yoga (A/M) 16:00 - 17:30 Roman	Spenden-Yoga (A/M) 15:00 - 16:30 Roman		
17	Hatha-Yoga (A/M) 16:30 - 18:00 Andrea	Rücken-Yoga (A) 16:30 - 18:00 Tobias	Vinyasa-Yoga (A-F) 16:30 – 18:00 Moël			Hatha-Yoga (A-F) 17:00 - 18:30 Tihana	
18				Hatha-Yoga (M/F) 18:00 - 19:30 Brigitte			
19	Hatha-Yoga (A) 18:30 - 20:00 Tobias	integrale Yogalehrer- Ausbildung 18:30 – 22:00 Tobias	Hatha-Yoga (A) 18:15 - 19:45 Tobias		Vinyasa-Yoga (A-F) 19:00 - 20:30 Moël		
20	Hatha-Yoga (A/M) 20:30 - 22:00 Tobias		Hatha-Yoga (A/M) 20:00 - 21:30 Tobias	Hatha-Yoga (A/M) 20:00 – 21:30 Brigitte	Satsang 20:45 - 21:15		
21							
22	Meditation 22:15 - 23:00		Meditation 21:45 - 22:30				

A – Anfänger
M – Mittelstufe
F - Fortgeschritten

