

Montag

Ashtanga Mysore ** <i>Raum 1 (alle Stufen)</i>	06:15 - 08:45
Yin Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Sammy</i>	09:30 - 11:00
Vinyasa Yoga <i>Raum 2 (alle Stufen) Tobias</i>	18:30 - 19:45
Prana Vinyasa Flow <i>Raum 1 (Mittelstufe) Sammy</i>	19:00 - 20:30
Introduction to Vinyasa Yoga <i>Raum 1 Jill neuer Kurs ab 7.1. 4 Termine für 60€ immer 1. Montag des Monats, 7.-28.01. 4.-25.02. 4.-25.03. Drop-ins möglich</i>	20:00 - 21:15

Dienstag

Ashtanga Mysore ** <i>Raum 1 (alle Stufen)</i>	06:15 - 08:45
Vinyasa Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Jutta</i>	09:30 - 11:00
Ashtanga Mysore ** <i>Raum 2 Einführung für Einsteiger + regulärer Mysore Style</i>	18:00 - 19:30
Jivamukti Yoga <i>Raum 2 (alle Stufen) Sylvie</i>	18:15 - 19:45
Hatha Flow <i>Raum 2 (für Anfänger) Katharina/ Lara</i>	19:45 - 21:15
Vinyasa Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Sammy</i>	20:00 - 21:30

Mittwoch



Ashtanga Mysore ** <i>Raum 1 (alle Stufen)</i>	06:15 - 08:45
Hatha Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Dagmar</i>	10:00 - 11:30
Hatha Flow <i>Raum 1 (alle Stufen) Lara</i>	18:15 - 19:45
Vinyasa Yoga für Einsteiger <i>Vinyasa Yoga auch für Einsteiger Tobi</i>	18:30 - 19:45
Vinyasa Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Lara</i>	20:00 - 21:30
Kundalini Yoga <i>Raum 2 (alle Stufen) Yves</i>	20:00 - 21:30

Donnerstag

Ashtanga Mysore **	06:15 - 08:45
Vinyasa Yoga <i>Raum 1 (Mittelstufe) Jutta</i>	09:30 - 11:00
Ashtanga Mysore ** <i>Raum 2 (für Anfänger geeignet)</i>	18:00 - 19:30
Yin & Yang Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Sammy</i>	19:00 - 21:00
Hatha Yoga mit Pranayama <i>Raum 2 (alle Stufen) Simon</i>	20:00 - 21:30

Freitag

Ashtanga Led Class <i>Raum 1 (alle Stufen)</i>	06:30 - 08:00

Vinyasa Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Sammy</i>	09:30 - 11:00
Hatha Flow <i>Raum 1 alle Stufen Kristina / Sylvie</i>	17:45 - 19:00
Meditation ** <i>Kadampa Meditationszentrum, Kostenbeitrag 7 € ** Termine bitte unter http://www.meditation-in-frankfurt.de/ prüfen. Laufzeit bis Mitte Dez.</i>	18:00 - 18:45

Samstag

Jivamukti Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Eva, Angelika, Schalk</i>	10:30 - 12:00
Vinyasa Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Elena/ Lara</i>	12:30 - 14:00

Sonntag

Ashtanga Mysore ** <i>Raum 1 (alle Stufen)</i>	08:00 - 10:30
Ashtanga Led Class <i>Raum 2 (Anfänger) Berna</i>	11:00 - 12:30
Vinyasa Yoga <i>Raum 1 (alle Stufen) Lara</i>	12:30 - 14:00
Workshops / Specials <i>Raum 1 an ausgewählten Terminen (siehe Workshops)</i>	14:15 - 16:15
Ashtanga Mysore ** <i>Raum 1 (für Anfänger geeignet)</i>	16:45 - 18:15