



Kursplan

Stand: Feb. 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
7:00 Ashtanga Yoga – Mysore Style 120 Min Jake mit Anmeldung	7:00 Ashtanga Yoga – Mysore Style 120 Min Jake mit Anmeldung	7:00 Ashtanga Mysore Style – Einführung 90 Min 6-wöchiger Kurs 24.1.-28.2. Jake mit Anmeldung 9:30 Hatha Yoga Grundlagen-Kurs 90 Min online 8-wöchiger Kurs 17.1. - 6.3. 20.3. - 8.5. Julia mit Anmeldung <i>krankenkassengefördert</i> 9:45 Hatha Yoga Morning Flow 90 Min Greta mit Anmeldung	7:00 Ashtanga Yoga – Mysore Style 120 Min Jake mit Anmeldung	7:00 Ashtanga Yoga – Mysore Style 120 Min Jake mit Anmeldung	Am Wochenende gibt's Workshops, Seminare und Ausbildungen – siehe Kalender
17:00 Taiji Qigong – 2. Set 60 Min 8-wöchiger Kurs 29.1.-8.4. 29.4.-24.6. Ruth mit Anmeldung <i>krankenkassengefördert</i>	13:00 Kundalini Yoga 90 Min Mansukh & Guido				17:00 Let's eat together 120 Min 9.6. 25.8. 13.10. 8.12. Shelita mit Anmeldung

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
18:30 Taiji Qigong – 1. Set 60 Min 8-wöchiger Kurs 29.4.-24.6. 2.9.-28.10. Ruth mit Anmeldung <i>krankenkassengefördert</i>	20:00 Hatha Yoga Grundlagen-Kurs 90 Min online 8-wöchiger Kurs 16.1. - 5.3. 19.3. - 7.5. Julia mit Anmeldung <i>krankenkassengefördert</i>	18:00 Hatha Yoga Grundlagen-Kurs 90 Min online 8-wöchiger Kurs 17.1. - 6.3. 20.3.-8.5. Julia mit Anmeldung <i>krankenkassengefördert</i>	18:00 Kundalini Yoga intensiv 90 Min Mansukh	18:00 Yin Yoga & Sound 90 Min online Julia mit Anmeldung	18:30 Kirtan 90 Min 17.3. 26.5. 23.6. 21.7. 18.8. 8.9. Alice mit Anmeldung
		18:00 Kundalini Yoga für Alle 90 Min Petra Satyadev	20:00 Mantraconnection 120 Min 2. Donnerstag des Monats 8.2. 14.3. 11.4., 9.5. 13.6. 11.7. Julia mit Anmeldung		
		19:30 Zazen Meditationsgruppe 60 Min Klaus	20:00 Weitblick 150 Min 3. Donnerstag des Monats 4.1. Kinder-Kino 16h 15.2. 21.3. 18.4. 16.5. 20.6. 18.7. Jan & Mansukh		
			20:15 Tanz im Sein 120 Min 4. Donnerstag des Monats 22.2. 28.3. 25.4. 23.5. 27.6. 25.7. Sebastian		