



Kursplan

Stand: Feb. 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
<p>7:00 Ashtanga Yoga – Mysore Style 120 Min Jake mit Anmeldung</p>	<p>7:00 Ashtanga Yoga – Mysore Style 120 Min Jake mit Anmeldung</p>	<p>7:00 Ashtanga Mysore Style – Einführung 90 Min 5-wöchiger Kurs 11.6.-9.7. Jake mit Anmeldung</p> <p>9:30 Hatha Yoga Grundlagen-Kurs 90 Min online 8-wöchiger Kurs 26.3.-14.5. 4.6.-23.7. Julia mit Anmeldung <i>krankenkassengefördert</i></p> <p>9:45 Hatha Yoga Morning Flow 90 Min Greta mit Anmeldung</p>	<p>7:00 Ashtanga Yoga – Mysore Style 120 Min Jake mit Anmeldung</p>	<p>7:00 Ashtanga Yoga – Mysore Style 120 Min Jake mit Anmeldung</p> <p>10:00 Yin Yoga 90 Min Präsenz & online Angela mit Anmeldung</p>	<p>Am Wochenende gibt's Workshops, Seminare und Ausbildungen – siehe Kalender</p>
	<p>13:00 Kundalini Yoga 90 Min Mansukh & Guido</p>			<p>17:00 Shanti Yoga 90 Min Shanti</p>	<p>17:00 Community Essen: TOPFGLÜCK 120 Min 2.2. 13.4. 1.6. 6.7. 14.9. 23.11. Shelita & Angela mit Anmeldung</p>

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
<p>18:30 Taiji Qigong – 1. Set 60 Min</p> <p>Präsenz & online 8-wöchiger Kurs 10.2.-12.4. 29.9.-1.12.</p> <p>Ruth mit Anmeldung krankenkassengefördert</p>	<p>20:00 Hatha Yoga Grundlagen-Kurs 90 Min</p> <p>online 8-wöchiger Kurs 25.3.-13.5. 3.6.-22.7.</p> <p>Julia mit Anmeldung krankenkassengefördert</p>	<p>18:00 Hatha Yoga Grundlagen-Kurs 90 Min</p> <p>online 8-wöchiger Kurs 26.3.-14.5. 4.6.-23.7.</p> <p>Julia mit Anmeldung krankenkassengefördert</p>	<p>18:00 Kundalini Yoga intensiv 90 Min Mansukh</p>	<p>18:00 Yin Yoga & Sound 90 Min</p> <p>online</p> <p>Julia mit Anmeldung</p>	<p>18:30 Kirtan 90 Min</p> <p>12.1. 16.3. 6.4. 25.5. 22.6. 20.7.</p> <p>Alice mit Anmeldung</p>
<p>18:30 Taiji Qigong – 2. Set 60 Min</p> <p>8-wöchiger Kurs 5.5.-14.7.</p> <p>Ruth mit Anmeldung krankenkassengefördert</p>	<p>20:00 Die Mindfulness Gruppe 90 Min Garlef mit Anmeldung</p>	<p>18:00 Kundalini Yoga für Alle 105 Min Petra Satyadev</p>	<p>20:00 Mantraconnection 120 Min</p> <p>2. Donnerstag des Monats 13.2. 13.3. 10.4. 8.5. 12.6. 10.7. 11.9. 13.11. 10.12.</p> <p>Julia mit Anmeldung</p>		
		<p>19:30 Zen Meditationsgruppe 60 Min Klaus</p>	<p>20:00 Weitblick 150 Min</p> <p>3. Donnerstag des Monats 16.1. 20.2. 20.3. 17.4. 15.5. 19.6.</p> <p>Jan & Mansukh</p>		
			<p>20:15 Tanz im Sein 120 Min</p> <p>4. Donnerstag des Monats 23.1. 27.2. 27.3. 24.4. 22.5. 26.6. 24.7.</p> <p>Sebastian</p>		