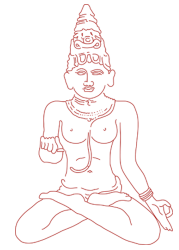


16. – 29. November 2020

Aufgrund der neuen Corona Regeln müssen wir das Studio ab dem 2. November schließen.
Die meisten der Klassen werden weiterhin via **Zoom** unterrichtet.
Wir bitten auch für die Zoom Klassen euch auf der Doodle Liste einzutragen, sodass wir sehen können wer kommt.



Doodle Liste:

https://doodle.com/poll/zewacc733bd6f5dr?utm_source=poll&utm_medium=link

Wir senden euch gerne den Link für die Zoom Klassen zu. Wenn ihr keinen Vertrag mit dem Studio habt könnt ihr gerne Zoom Tickets über unsere Website kaufen: <https://shop.ashtangastudio.de/shop/>

KW 47. 16. - 22. November

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	7 – 7:25 Zazen	7 – 7:25 Zazen	7 – 7:25 Zazen			
7:30 – 9:00 Mysore Cathrin	7:30 – 9:00 Mysore Andrea	7:30 – 9:00 Mysore Andrea	7:30 – 9:00 Mysore Cathrin	7:30 – 9:00 Mysore Andrea		8:30– 08:50 Zazen
					9 – 10:30 Led Class Primary Series Andrea	9 – 10:30 Led Class Intermediate Series Andrea
	18 – 18:20 Meditation	18 – 18:20 Meditation		18 – 18:20 Meditation		
18:30 – 20:00 Led Class Primary Series Marie	18:30 – 20:00 Mysore Cathrin	18:30 – 20:00 Led Class Half Primary + beginning of Intermediate Cathrin	18:30 – 19:45 Led class Half Primary (gut geeignet für AnfängerInnen) Astrid	18:30 – 20:00 Mysore Cathrin		17- 18 Yin Yoga Andrea

KW 48. 23. - 29. November

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	7 – 7:25 Zazen	7 – 7:25 Zazen	7 – 7:25 Zazen			
7:30 – 9:00 Mysore Cathrin	7:30 – 9:00 Mysore Andrea	7:30 – 9:00 Mysore Andrea	7:30 – 9:00 Mysore Andrea	7:30 – 9:00 Mysore Cathrin		8:30– 08:50 Zazen
					9:00 Led Class Primary Series Andrea	9 – 10:30 Led Class Intermediate Series Andrea
	18 – 18:20 Meditation	18 – 18:20 Meditation		18 – 18:20 Meditation		
18:30 – 20:00 Led Class Primary Series Marie	18:30 – 20:00 Mysore Cathrin	18:30 – 20:00 Led Class Half Primary + beginning of Intermediate Cathrin	18:30 – 19:45 Led class Half Primary (gut geeignet für AnfängerInnen) Astrid	18:30 – 20:00 Mysore Cathrin		17- 18 Yin Yoga Andrea