

November 2021

Before you come to the studio we kindly ask you to sign in to reserve your spot.

Bitte für alle Klassen vorher anmelden: <https://ashtangastudioberlin.termin-direkt.de>

Alle Klassen mit * können via Zoom besucht werden. * you can join via Zoom



week 45 8. - 14. November

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
7:00 - 10:00 Mysore * Cathrin Beginn 7:00 oder 8:30 !	7:00 - 10:00 Mysore * Alexandra Beginn 7:00 oder 8:30 !	7:00 - 10:00 Mysore * Cathrin / Alexandra Beginn 7:00 oder 8:30 !	7:00 - 10:00 Mysore * Astrid / Alexandra Beginn 7:00 oder 8:30 !	7:00 - 10:00 Mysore * Cathrin /Astrid Beginn 7:00 oder 8:30 !	8:15 - 9:45 Mysore Alexandra	9:15 - 9:45 Meditation * Cathrin
	12 -13 * Led Class Half Primary Only on Zoom!! Cathrin				10 - 11:30 Mysore * Cathrin	10:00-11:30 Led Class * Primary Series Cathrin Live & Zoom!
	17:30 Meditation Cathrin *	17:30 Meditation Cathrin *				
Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Workshop	
18:30 -20:30 Mysore Marie Begin bis 19:15	18:30 -20:30 Mysore * Cathrin Begin bis 19:15	18:30- 20:00 Led Class * Cathrin Live & Zoom!	18:30 -20:30 Mysore Astrid Begin bis 19:15	18:00 -20:00 Mysore Alexandra Begin bis 18:45	15 - 17 Uhr „The Knees“ Cathrin	17:30 * Mysore Astrid

week 47 22. - 28. November

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
7 - 10 Mysore * Cathrin Beginn 7:00 oder 8:30 !	7 - 10 Mysore * Andrea/ Alexandra Beginn 7:00 oder 8:30 !	7 - 10 Mysore * Andrea Beginn 7:00 oder 8:30 !	7 - 10 Mysore * Andrea / Astrid Beginn 7:00 oder 8:30 !	7 - 10 Mysore * Andrea Beginn 7:00 oder 8:30 !	8:15 - 9:45 Mysore Alexandra	9:15 - 9:45 Meditation * Andrea
	12 -13 * Led Class Half Primary Only on Zoom!! Cathrin	12 - 14 * Mysore Alexandra Beginn 12-12:30	12 - 14 * Mysore Alexandra Beginn 12-12:30	12 - 14 * Mysore Alexandra Beginn 12-12:30	10 - 11:30 * Mysore Andrea	10 -11:30 * Led Class Andrea Live & Zoom!
	17:30Meditation * Cathrin				Workshop	
18:30 -20:30 Mysore * Marie Begin bis 19:15	18:30 -20:30 Mysore * Cathrin Begin bis 19:15	18:30 - 20 Led Class * Andrea Live & Zoom!	18:30 -20:30 Mysore Astrid Begin bis 19:15	18 - 20 Mysore Alexandra Begin bis 18:45	15 - 17 „Handstands & More“ Marie	17:00 * Mysore Astrid

* In diese Klassen könnt ihr euch per Zoom für eure Selfpractice zu Hause dazu schalten,

Live & Zoom! : diese Klassen eignen sich gut um am Unterricht teilzunehmen.