

Februar 2023

Wenn ihr zum ersten Mal zum Studio kommt, bitte vorab eine Mail an uns schreiben:

info@ashtangastudio.de

If you come for the first time to the Studio, please write us an E-mail before.

info@ashtangastudio.de

Live & Zoom! THESE CLASSES YOU CAN JOIN VIA ZOOM. WRITE US AND WE WILL SEND YOU THE LINK.



Woche 05 30. Januar - 5. Februar

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Astrid/Viola Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin/Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30		○ Vollmond
					10 - 11:30 Mysore Cathrin/Viola	
	12:00 - 13:30 Mysore Cathrin Beginn bis 12:30		12:00 - 13:30 Mysore Viola Beginn bis 12:30			
	17:30 - 17:50 Meditation Live & Zoom!	17:30 - 17:50 Meditation Live & Zoom!	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00		
18:15 - 20:15 Mysore Cathrin Beginn bis 19:00	18:15 - 20:15 Mysore Cathrin Beginn bis 19:00	18:15 - 20:15 Mysore Cathrin Beginn bis 19:00	18:15 - 20:15 Mysore Astrid Beginn bis 19:00	18:15 - 20:15 Mysore Astrid Beginn bis 19:00		17:00 Moonpractice Viola* Live & Zoom!

Woche 06 6. - 12. Februar

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin/ Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin/ Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30		9:15 - 9:45 Meditation Live & Zoom!
					10 - 11:30 Mysore Cathrin/Viola	10:00-11:30 Led Class * Cathrin Live & Zoom!
	12:00 - 13:30 Mysore Cathrin Beginn bis 12:30		12:00 - 13:30 Mysore Viola Beginn bis 12:30			
	17:30 - 17:50 Meditation Live & Zoom!	17:30 - 17:50 Meditation Live & Zoom!	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00		
18:15 - 20:15 Mysore Cathrin Beginn bis 19:00	18:15 - 20:15 Mysore Cathrin Beginn bis 19:00	18:15 - 20:15 Mysore Cathrin Beginn bis 19:00	18:15 - 20:15 Mysore Astrid Beginn bis 19:00	18:15 - 20:15 Mysore Viola Beginn bis 19:00		17:00 Mysore Astrid

Woche 07 13. - 19. Februar

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin/Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Astrid/Viola Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Nadia Beginn bis 8:30		
					10 - 11:30 Mysore Astrid/Nadia	10:00-11:30 Led Class * Astrid Live & Zoom!
	12:00 - 13:30 Mysore Cathrin Begin bis 12:30		12:00 - 13:30 Mysore Viola Begin bis 12:30			
<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>		
18:15 -20:15 Mysore Cathrin Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Viola Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Astrid Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Nadia Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Nadia Begin bis 19:00		17:00 Mysore Nadja

Woche 08 20. - 26. Februar

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
● New moon	7 - 10 Mysore Astrid/Nadia Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Nadia Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Astrid/Nadia Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Nadia Beginn bis 8:30		
					10 - 11:30 Mysore Astrid/Viola	10:00-11:30 Led Class * Astrid Live & Zoom!
	12:00 - 13:30 Mysore Nadia Begin bis 12:30		12:00 - 13:30 Mysore Nadia Begin bis 12:30			
<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>		
18:30 Moonpractice Nadja Live & Zoom!	18:15 -20:15 Mysore Nadia Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Nadia Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Astrid Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Viola Begin bis 19:00		17:00 Mysore Viola