

März 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 09 27. Februar - 5. März

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

Woche 10 6. - 12. März

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	○ Vollmond	Frauentag	7 - 10 Mysore Andrea /Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30		9:15 - 9:45 Meditation Live & Zoom!
		10 - 11:30 Mysore Andrea/Viola			10 - 11:30 Mysore Andrea/Viola	10:00-11:30 Led Class * Andrea Live & Zoom!
			12:00 - 13:30 Mysore Andrea 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>		
18:15 -20:15 Mysore Andrea Begin bis 19:00	18:30 Moonpractice Andrea Live & Zoom!		18:15 -20:15 Mysore Astrid Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Viola Begin bis 19:00		17:00 Mysore Viola

Woche 11 13. - 19. März

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

Woche 12 20. - 26. März

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

Woche 13 27. März - 2. April

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