

## Februar 2024

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

[info@ashtangastudio.de](mailto:info@ashtangastudio.de)

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

[info@ashtangastudio.de](mailto:info@ashtangastudio.de)



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

### Woche 6 5. - 11. Februar

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 Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/ Astrid Beginn bis 8:30	● New moon	8:15 Selfpractice	9:15 - 9:45 Meditation <b>Live &amp; Zoom!</b>
					10:00 Mysore Andrea/Astrid	10:00 Led Class * Andrea <b>Live &amp; Zoom!</b>
	12:00 - 13:30 Mysore Andrea Begin bis 12:30		12:00 - 13:30 Mysore Viola Beginn bis 12:30			
<i>Studio opens 18:00</i>	17:30 - 17:50 Meditation <b>Live &amp; Zoom!</b>	17:30 - 17:50 Meditation <b>Live &amp; Zoom!</b>	<i>Studio opens 18:00</i>			
18:15 -20:15 Mysore Viola 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	18:00 - 19:30 Moonpractice Viola <b>Live &amp; Zoom!</b>		17:00 Mysore Julia

### Woche 7 12. - 18. Februar

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 Andrea Beginn bis 8:30	8:15 Selfpractice	9:15 - 9:45 Meditation <b>Live &amp; Zoom!</b>
					10:00 Mysore Andrea/ Julia	10:00 Led Class * Andrea <b>Live &amp; Zoom!</b>
	12:00 - 13:30 Mysore Andrea Beginn bis 12:30		12:00 - 13:30 Mysore Viola Beginn bis 12:30			
	17:30 - 17:50 Meditation <b>Live &amp; Zoom!</b>	<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>	<i>Studio opens 18:00</i>		17:00 Mysore Astrid
18:15 -20:15 Mysore Viola Beginn bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Viola 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 Viola Beginn bis 19:00		

**Woche 8** 19. - 25. Februar

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Viola  Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/Astrid  Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/Julia  Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/ Astrid  Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea  Beginn bis 8:30	 <b>Vollmond</b>	9:15 - 9:45 Meditation <b>Live &amp; Zoom!</b>
						18:30 Moonpractice Andrea  <b>Live &amp; Zoom!</b>
	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>	<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 Viola  Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Astrid  Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Andrea  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 Julia

**Woche 9** 26. Februar - 3. März

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Viola  Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/Astrid  Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/Julia  Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/ Astrid  Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea  Beginn bis 8:30	8:15 Selfpractice	9:15 - 9:45 Meditation <b>Live &amp; Zoom!</b>
						10:00 Mysore Andrea/Viola
	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>	<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 Viola  Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Viola  Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Andrea  Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Astrid  Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Astrid  Begin bis 19:00		17:00 Mysore Julia