

Mai 2024

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 18 29. April - 5. Mai

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin/Astrid Beginn bis 8:30	1. Mai	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	8:15 Selfpractice	9:15 - 9:45 Meditation Live & Zoom!
		10:00 Mysore Cathrin/ Astrid			10:00 Mysore Andrea/ Viola	10:00 Led Class * Andrea Live & Zoom!
	12:00 - 13:30 Mysore Cathrin Begin 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>		17:00 Mysore Julia
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 Andrea Beginn bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Cathrin Beginn bis 19:00		

Woche 19 6. - 12. Mai

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

Woche 20 13. - 19. Mai

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Viola Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin/ Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30		
					Pfingsten	Pfingsten
					10:00 Mysore Astrid/Viola	10:00 Led Class * Astrid Live & Zoom!
	12:00 - 13:30 Mysore Julia 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 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		

Woche 21 20. - 26. Mai

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