

Mai 2025

Wenn ihr zum ersten Mal zum Studio kommt, bitte vorab eine Mail an uns schreiben:
 If you come for the first time to the Studio, please write us an E-mail before.
info@ashtangastudio.de



Woche 18 28. April - 4. Mai

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 Cathrin Beginn bis 8:30	1. Mai	7 - 10 Mysore Viola Beginn bis 8:30	8:15 Selfpractice	
			10:00 Mysore Cathrin/Julia		10:00 Mysore Cathrin/Marie	10:00 Led Class * Marie Live & Zoom!
	12:00 - 13:30 Mysore Cathrin Begin 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 Viola 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 Marie Begin bis 19:00		17:00 Mysore Viola

Woche 19 5. -11. Mai

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 Viola Beginn bis 8:30	Bank Holiday (Only in Berlin!)	7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30	8:15 Selfpractice	9:15 - 9:45 Meditation Live & Zoom!
	12:00 - 13:30 Mysore Cathrin Begin bis 12:30		10:00 Mysore Astrid/Viola		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!	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	18:15 -20:15 Mysore Cathrin Begin bis 19:00		18:15 -20:15 Mysore Viola Begin bis 19:00		17:00 Mysore Julia

Woche 20 12.- 18. Mai

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
 Vollmond	7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Viola Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	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 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			
18:30 -20:00 Moonpractice Yin yoga Viola Live & Zoom!	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>		17:00 Mysore Julia
	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 Marie Beginn bis 19:00		

Woche 21 19. - 25. Mai

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 Cathrin Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Viola Beginn bis 8:30	8:15 Selfpractice	
					10:00 Mysore Astrid/Viola	10:00 Led Class * Astrid Live & Zoom!
	12:00 - 13:30 Mysore Cathrin Beginn bis 12:30		12:00 - 13:30 Mysore Viola Beginn 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>		17:00 Mysore Julia
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	18:15 -20:15 Mysore Marie Beginn bis 19:00		

Woche 22 26. Mai - 1. Juni

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