

August 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 32 4. - 10. August

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 Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	 Vollmond	9:15 - 9:45 Meditation <i>Live & Zoom!</i>
						10:00 Moonpractice Andrea <i>Live & Zoom!</i>
	12:00 - 13:30 Mysore Cathrin Beginn bis 12:30		12:00 - 13:30 <i>Pause in August, back in September</i>			
	17:30 - 17:50 Meditation <i>Live & Zoom!</i>	17:30 - 17:50 Meditation <i>Live & Zoom!</i>				
Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00		<i>Sommer Pause</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	18:15 -20:15 Mysore Marie Beginn bis 19:00		

Woche 33 11. - 17 August

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Cathrin Beginn bis 8:30	8:15 Selfpractice	8:30 - 9:30 <i>Pranayama Workshop</i>
						10:00 Mysore Andrea/Astrid <i>Live & Zoom!</i>
	12:00 - 13:30 Mysore Andrea Beginn bis 12:30		12:00 - 13:30 <i>Pause in August, back in September</i>			Teacher Training Primary
	17:30 - 17:50 Meditation <i>Live & Zoom!</i>	17:30 - 17:50 Meditation <i>Live & Zoom!</i>				
Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00	Studio opens 18:00		<i>Sommer Pause</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	18:15 -20:15 Mysore Marie Beginn bis 19:00		

Woche 34 18. - 24. August

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
6:00 - 7:00 <i>Pranayama Workshop</i>	6:00 - 7:00 <i>Pranayama Workshop</i>	6:00 - 7:00 <i>Pranayama Workshop</i>	6:00 - 7:00 <i>Pranayama Workshop</i>	6:00 - 7:00 <i>Pranayama Workshop</i>		
7 - 10 Mysore Andrea/Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea/Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30		
Teacher Training Primary	Teacher Training Primary	Teacher Training Primary	Teacher Training Primary	Teacher Training Primary	 New moon	9:15 - 9:45 Meditation <i>Live & Zoom!</i>
	<i>12:00 no class, due the Teacher Training</i>		<i>12:00 no class, due the Teacher Training</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>	<i>Studio opens 18:00</i>		
18:15 -20:15 Mysore Viola Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Marie 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		<i>Sommer Pause</i>

Woche 35 25. - 31. August

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7 - 10 Mysore Astrid Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30	7 - 10 Mysore Andrea Beginn bis 8:30		
	Teacher Training Intermediate	Teacher Training Intermediate	Teacher Training Intermediate	Teacher Training Intermediate	8:15 Selfpractice	9:15 - 9:45 Meditation <i>Live & Zoom!</i>
	<i>12:00 no class, due the Teacher Training</i>		<i>12:00 no class, due the Teacher Training</i>		10:00 Mysore Andrea/ Ana Clara	10:00 Led Class Intermediate Series * Andrea <i>Live & Zoom!</i>
					Teacher Training Intermediate	Teacher Training Intermediate
<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 Marie Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Ana Clara Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Astrid Begin bis 19:00	18:15 -20:15 Mysore Ana Clara Begin bis 19:00		<i>Sommer Pause</i>