

Aug 2026						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					1.8.	2.8.
3.8.	4.8.	5.8.	6.8.	7.8.	8.8.	9.8.
Ferienprogramm Starke Schulter – für alle Level 18:00 bis 19.30 Katja	Ferienprogramm Hatha Yoga 18:00 bis 19.30 Bettina Yin Yoga 19:00 bis 20:00 Katja	Ferienprogramm Einstieg in die 2. Serie 18:00 bis 19:30 Antje & Christian	Ferienprogramm Yoga am Morgen 07:30 bis 08:30 Christian Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje Ashtanga – alle Level Angeleitet 19:45 bis 21:15 Antje & Christian	Individueller Unterricht (nach Absprache) 17:00 bis 20:00	Mysore am Samstag + Brunch 9:00 bis 11:00	Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
10.8.	11.8.	12.8.	13.8.	14.8.	15.8.	16.8.
Entwicklung Starter*innen Angeleitet 18:00 bis 19.30 Katja Vertiefung (III) Mysore Style 18:00 bis 19:30 Bettina Entwicklung Starter*innen Angeleitet 19:45 bis 21:15 Antje	Entwicklung (II) Angeleitet 19:45 bis 21.15 Claudia Yin Yoga 19:45 bis 20:45 Katja / Ira	Vertiefung (III) Angeleitet 18:00 bis 19:30 Antje & Christian Fundament (I) - mit Antje & Christian – Einheit 1 19:45 bis 21:15	Yoga am Morgen 07:30 bis 08:30 Ira Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje Entwicklung (II) Asana des Monats: Urdva Mukha Svanasana 18:00 bis 19:30 Claudia Entwicklung (II) Angeleitet + Mysore 19:45 bis 21.15	Individueller Unterricht (nach Absprache) 17:00 bis 20:00		Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
17.8.	18.8.	19.8.	20.8.	21.8.	22.8.	23.8.
Entwicklung Starter*innen Angeleitet 18:00 bis 19.30 Katja Vertiefung (III) Asana des Monats: Urdva Mukha Svanasana 18:00 bis 19:30 Bettina Entwicklung Starter*innen Angeleitet 19:45 bis 21:15 Antje Über Kopf Einheit 5 19:45 bis 21:15 Christian	Über Kopf Einheit 1 19:45 bis 21:15 Christian Entwicklung (II) Angeleitet + Mysore 19:45 bis 21.15 Claudia Yin Yoga 19:45 bis 20:45 Katja / Ira	Vertiefung (III) Mysore 18:00 bis 19:30 Antje & Christian Fundament (I) - mit Antje & Christian – Einheit 2 19:45 bis 21:15	Yoga am Morgen 07:30 bis 08:30 Ira Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje Entwicklung (II) Angeleitet + Mysore 18:00 bis 19:30 Claudia Entwicklung (II) Asana des Monats: Urdva Mukha Svanasana 19:45 bis 21.15 Antje & Christian	Individueller Unterricht (nach Absprache) 17:00 bis 20:00	Yogafestival Braunschweig	Yogafestival Braunschweig Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
24.8.	25.8.	26.8.	27.8.	28.8.	29.8.	30.8.
Entwicklung Starter*innen Angeleitet 18:00 bis 19.30 Katja Vertiefung (III) Mysore Style 18:00 bis 19:30 Bettina Entwicklung Starter*innen Angeleitet 19:45 bis 21:15 Antje	Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 1 18:00 bis 19.30 Über Kopf Einheit 2 19:45 bis 21:15 Christian Entwicklung (II) Asana des Monats: Urdva Mukha Svanasana 19:45 bis 21.15 Claudia Yin Yoga 19:45 bis 20:45 Katja / Ira	Vertiefung (III) Asana des Monats: Urdva Mukha Svanasana 18:00 bis 19:30 Antje & Christian Fundament (I) - mit Antje & Christian– Einheit 3 19:45 bis 21:15	Yoga am Morgen 07:30 bis 08:30 Ira Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje Entwicklung (II) Angeleitet 18:00 bis 19:30 Claudia Entwicklung (II) Angeleitet + Mysore 19:45 bis 21.15 Antje & Christian	Individueller Unterricht (nach Absprache) 17:00 bis 20:00		Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
31.8.						
Entwicklung Starter*innen Angeleitet 18:00 bis 19.30 Katja Vertiefung (III) Angeleitet 18:00 bis 19:30 Bettina Entwicklung Starter*innen						