

Januar 2026						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
5.1.	6.1.	7.1.	8.1.	9.1.	10.1.	11.1
Entwicklung Starter*innen Angeleitet 18:00 bis 19.30 Katja Vertiefung (III) Angeleitet 18:00 bis 19:30 Bettina Entwicklung Starter*innen Angeleitet 19:45 bis 21:15 Antje	Aktive Pause – mit Antje Einheit 1 12:30 bis 13:30 Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 9 18:00 bis 19.30 Entwicklung (II) Angeleitet + Mysore 19:45 bis 21.15 Claudia Yin Yoga 19:45 bis 20:45 Katja / Ira	Vertiefung (III) Mysore Style 18:00 bis 19:30 Antje & Christian Fundament (I) - mit Antje & Christian – Einheit 7 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	Workshop Kurmasana – Die Stille Kraft der Schildkröte 10:00 bis 12:00 Ira	Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
12.1.	13.1.	14.1	15.1	16.1	17.1	18.1.
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 Über Kopf Einheit 1 19:45 bis 21:15 Christian	Aktive Pause – mit Antje Einheit 2 12:30 bis 13:30 Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 10 18:00 bis 19.30 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 8 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) Angeleitet 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
19.1.	20.1.	21.1.	22.1.	23.1.	24.1.	25.1.
Entwicklung Starter*innen Angeleitet 18:00 bis 19.30 Katja Vertiefung (III) Angeleitet 18:00 bis 19:30 Bettina Entwicklung Starter*innen Angeleitet 19:45 bis 21:15 Antje Über Kopf Einheit 2 19:45 bis 21:15 Christian	Aktive Pause – mit Antje Einheit 3 12:30 bis 13:30 Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 1 18:00 bis 19.30 Entwicklung (II) Angeleitet + Mysore 19:45 bis 21.15 Claudia Yin Yoga 19:45 bis 20:45 Katja / Ira	Vertiefung (III) Mysore Style 18:00 bis 19:30 Antje & Christian Fundament (I) - mit Antje & Christian – Einheit 9 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	Neujahrs-Special 15:00 bis 17:30	Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
26.1.	27.1.	28.1.	29.1.	30.1.	31.1.	
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 Über Kopf Einheit 3 19:45 bis 21:15 Christian	Aktive Pause – mit Antje Einheit 4 12:30 bis 13:30 Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 2 18:00 bis 19.30 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 10 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) Angeleitet 19:45 bis 21.15 Antje & Christian	Individueller Unterricht (nach Absprache) 17:00 bis 20:00		