

Oktober 2026						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			1.10.	2.10.	3.10.	4.10.
			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
5.10.	6.10.	7.10.	8.10.	9.10.	10.10.	11.10.
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 Katja (Vertretung)	Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 7 18:00 bis 19.30 Entwicklung (II) Angeleitet 19:45 bis 21.15 Ira (Vertretung) 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 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) Asana des Monats: Parivritta Parshvakonasana 18:00 bis 19:30 Katja (Vertretung) Entwicklung (II) Angeleitet + Mysore 19:45 bis 21.15 Christian & Antje	Individueller Unterricht (nach Absprache) 17:00 bis 20:00		Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
12.10.	13.10.	14.10.	15.10.	16.10.	17.10.	18.10
Entwicklung Starter*innen Angeleitet 18:00 bis 19.30 Katja Vertiefung (III) Asana des Monats: Parivritta Parshvakonasana 18:00 bis 19:30 Bettina Entwicklung Starter*innen Angeleitet 19:45 bis 21:15 Antje	Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 8 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 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) Asana des Monats: Parivritta Parshvakonasana 19:45 bis 21.15 Antje & Christian	Individueller Unterricht (nach Absprache) 17:00 bis 20:00	Vinyasa Flow - Natarajasana – Der Tanz des Universums 10:00 bis 12:00 Ira	Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
19.10.	20.10.	21.10.	22.10.	23.10.	24.10.	25.10.
Entwicklung Starter*innen Angeleitet 18:00 bis 19.30 Katja Vertiefung (III) Mysore 18:00 bis 19:30 Bettina Entwicklung Starter*innen Angeleitet 19:45 bis 21:15 Antje	Entwicklung (II) Asana des Monats: Parivritta Parshvakonasana 19:45 bis 21.15 Claudia Yin Yoga 19:45 bis 20:45 Katja / Ira	Vertiefung (III) Asana des Monats: Parivritta Parshvakonasana 18:00 bis 19:30 Antje & Christian	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
26.10.	27.10.	28.10.	29.10.	30.10.	31.10.	
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	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 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) 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		