

September 2026						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1.9.	2.9.	3.9.	4.9.	5.9.	6.9.
	Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 2 18:00 bis 19:30 Über Kopf Einheit 3 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 4 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	Vinyasa Flow - Garudasana – Der Flug zur Befreiung 10:00 bis 12:00 Ira	Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
7.9.	8.9.	9.9.	10.9.	11.9.	12.9.	13.9.
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 3 18:00 bis 19.30 Über Kopf Einheit 4 19:45 bis 21:15 Christian 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 5 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 Claudia 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
14.9.	15.9.	16.9.	17.9.	18.9.	19.9.	20.9.
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 4 18:00 bis 19.30 Über Kopf Einheit 5 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 6 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		Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
21.9.	22.9.	23.9.	24.9.	25.9.	26.9.	27.9.
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	Fundament (I) - mit Claudia – Einheit 5 18:00 bis 19.30 Über Kopf Einheit 6 19:45 bis 21:15 Christian 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 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		Über Kopf 18:00 bis 19:30 Christian & Antje
28.9.	29.9.	30.9.				
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 6 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 8 19:45 bis 21:15				