

Kursplan

Stand: 30.06.2020

| | Kurszeit | ab / Trainer-in | Kurs | Ort* |
|-------------------|--------------------------|------------------|--------------------------|------|
| Montag | 09.30 - 10.30 | Claudia | Hatha "Sweet Sixty" | YS |
| | 15.15 - 16.15 | Enrico | Pilates | PT |
| | 16.30 - 17.45 | Claudia | Hatha Flow | YS |
| | 18.00 - 19.15 | Dörte | Hatha Flow | YS |
| | 18.30 - 19.45 | Claudia | Hatha Flow | PT |
| | 19.30 - 20.45 | Dörte | Hatha Flow | YS |
| Dienstag | 16.30 - 17.45 | Claudia | Hatha Flow | YS |
| | 18.00 - 19.15 | Enrico | Pilates | PT |
| | 18.00 - 19.15 | Frieke | Hatha Flow | YS |
| | 19.30 - 20.45 | Frieke | Hatha Flow | YS |
| Mittwoch | 10.00 - 11.00 | Sinja | Hatha "Sweet Sixty" | YS |
| | 16.30 - 17.45 | Claudia | Hatha Flow | YS |
| | 18.00 - 19.15 | Andrea | Hatha Flow | YS |
| | <u>Neu</u> 18.30 - 19.45 | 02.09./ Claudia | Hatha Yoga- Starter | PT |
| | 19.30 - 20.45 | Andrea | Hatha Flow | YS |
| Donnerstag | 09.30 - 10.30 | Sinja | Vinyasa Flow | YS |
| | 17.00 - 18.00 | Enrico | Pilates | YS |
| | 18.00 - 19.15 | Dörte | Yin Yoga | PT |
| | 18.15 - 19.15 | Enrico | Pilates | YS |
| | 19.30 - 20.45 | Claudia | Hatha Flow | YS |
| | 19.30 - 20.45 | Dörte | Yin Yoga | PT |
| Freitag | 11.00 - 12.00 | Claudia | Hatha YOGA "Sweet Sixty" | YS |
| Samstag | 09.30 - 10.15 | Claudia / Franka | Hatha Flow | YS |
| | 10.30 - 11.45 | Claudia / Franka | Hatha Flow | YS |
| Sonntag | 08.00 - 09.30 | Claudia | Hatha YOGA "Early Bird" | YS |

*YS= Yogastudio / PT: Physiotherapie & MediFit - Bahnhofstr. 41, 12555 Berlin

Bitte bei allen Angeboten verbindlich anmelden !

Die Termine für Workshop's und Event's entnehmen Sie bitte den Hinweisen auf unserer Website.
Hierfür ist immer eine verbindliche Anmeldung notwendig!

www.auszeit-yoga-berlin.de

Auszeit - Studio für Yoga, Ayurveda und ganzheitliche Therapie

Mahlsdorfer Str. 106 - 107 * 12555 Berlin-Köpenick * Telefon: (030) 63 22 06 29

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 09.00 – 13.00 Uhr / 15.30 – 21.00 Uhr . Sa. / So. Termine und Kurszeiten nach Vereinbarung