

Kursplan

Studio - Ästhetik Center

PT - Bahnhofstrasse

	Kurszeit	Trainer/-in	Kurs	Kurszeit	Trainer/-in	Kurs
Montag	10.30 - 11.30	Claudia	Hatha Yoga	09.00 - 10.00 10.15 - 11.15	Frieke Frieke	Hatha "Sweet 60" Hatha "Sweet 60"
	16.30 - 17.45 18.00 - 19.15	Dörte Dörte	Hatha Yoga Yin Yoga	15.00 - 16.00 16.30 - 17.45 18.00 - 19.15 19.30 - 20.45	Enrico Claudia Claudia Claudia	Pilates Hatha Yoga Hatha Yoga Hatha Yoga
Dienstag	09.00 - 10.00	Claudia	Qi Gong			
	16.30 - 17.45 18.15 - 19.15 19.30 - 20.45	Claudia Sinja Sinja	Rücken-Yoga Pilates Vinyasa Flow	16.45 - 17.45 18.00 - 19.15 19.30 - 20.45	Enrico Frieke Frieke	Pilates Hatha Yoga Hatha Yoga
Mittwoch	09.00 - 10.00	Enrico	Pilates	08.45 - 09.45 10.00 - 11.00	Claudia Claudia	Qi Gong YogiLates
	16.30 - 17.45 18.00 - 19.15 19.30 - 20.45	Sandra Sandra Sandra	Yoga Leicht Hatha Yoga Hatha Yoga	16.30 - 17.45 18.00 - 19.15 19.30 - 20.45	Dörte Dörte Claudia	Hatha Yoga Yin Yoga Hatha Yoga
Donnerstag	16.30 - 17.30 18.00 - 19.15 19.30 - 20.45	Sandra Frieke Frieke	Pilates Yin Yoga Hatha Yoga	18.00 - 19.00 19.15 - 20.15	Enrico Enrico	Pilates Pilates
Freitag	07.30 - 08.30 10.00 - 11.00 ab 16.30 Uhr	Claudia Claudia	Early Bird Hatha "Sweet 60" Workshops	10.00 - 11.00 11.15 - 12.15	Sandra Sandra	Hatha "Sweet 60" Hatha "Sweet 60"
Samstag	10.00 - 11.15	Claudia / Sandra	Yoga Flow			
bei Nachfrage weitere Kurszeiten möglich						

Yogastudio - Wendenschloßstr. 340, 12557 Berlin

Physiotherapie - Bahnhofstr. 41, 12555 Berlin

Stand: 01.09.2026

Bitte bei allen Angeboten verbindlich anmelden !

Die Termine für Workshop's und Event's werden separat bekannt gegeben.

Auszeit - Studio für Yoga, Ayurveda und ganzheitliche Therapie

Wendenschloßstr. 340, 12557 Berlin-Wendenschloß - Telefon: 030 / 63 22 06 28

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 09.00 – 12.00 Uhr / 16.00 – 21.00 Uhr . Sa. / So. Termine und Kurszeiten nach Vereinbarung

www.auszeit-yoga-berlin.de