

YOGA MITTE STUTTGART

Programm ab 01. April. 2012 bis 30. Sep. 2012

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sa.	Sonntag
06:30 Ashtanga Yoga ** G Mysore Style (Farzad) [3]		06:30 Ashtanga Yoga ** G Mysore Style (Farzad) [3]		06:30 Ashtanga Yoga ** G Mysore Style (Farzad) [3]		
09:30 Ashtanga Yoga G Led class/Mysore (Farzad) [3]	09:30 Ashtanga Yoga B Mysore Style (Farzad) [3]		10:00 Hatha Yoga für G Bauch-Beine-Po (Claudia M.) [1] NEU	09:30 Ashtanga Yoga G Basic (Phelia) [1]		10:00 Ashtanga Yoga G Led class (Farzad) [3]
	12:15 Business Yoga G (Farzad) NEU nur mit Anmeldung [1]			12:15 Business Yoga G (Farzad) NEU nur mit Anmeldung [1]		10:30 Ashtanga Yoga G Mysore (Farzad) [3]
	15:30 Mama Yoga B (Michaela) NEU nur mit Anmeldung [1]					
	17:00 Ashtanga Yoga G Led Class (Farzad) [3]					
	17:30 - 19:45 * Ashtanga Yoga Mysore Style (Farzad)	17:30 - 20:30 * Ashtanga Yoga Mysore Style (Farzad) NEU				16:30 Ashtanga Yoga G Basic (Farzad) [1]
18:15 Hatha Yoga für G die Hüfte (Farzad) [1]	G [3]	G [3]	18:15 Yoga für B Schwangere (Juliane) [1]	16:30 Ashtanga Yoga G Led Class/Basic Terri in Englisch [1]		17:00 Ashtanga Yoga G Mysore (Farzad) [3]
18:15 Ashtanga Yoga B Mysore Style (Claudia S.) [3]	18:00 Hatha Yoga B (Michaela) [1]	18:15 Hatha Yoga n.M. B Iyengar (Juliane) [4] [1]	18:15 Yoga für G Rücken (Farzad) [1]	18:15 Ashtanga Yoga G Led Class Farzad NEU [2][3]		
20:00 Iyengar Yoga B (Stella) NEU in Englisch [1]	20:00 Ashtanga Yoga B Basic (Farzad) NEU [1]	20:00 Ashtanga Yoga G Basic (Sandra) [1]	20:00 Ashtanga Yoga G Mysore (Claudia M.) [3]	18:15 Hatha Yoga B intensiv (Eva) [1]		
20:00 Ashtanga Yoga G Basic (Farzad) [1]	20:00 Hatha Yoga G intensiv (Lutz) [1]			20:00 Ashtanga Yoga G Basic (Farzad) NEU [1]		

Unterrichteinheit für
alle Yogastunden
90 min.
für Business Yoga
60 min.
für Mama Yoga
60 min.

Raum

B für Buddha
G für Ganesha

Flexible Kurse
Probestunde
jederzeit
möglich

[1] geeignet für Anfänger ohne Yoga Vorkenntnisse
[2] geführte ganze Ashtanga Primary Series
[3] mit Ashtanga Yoga Vorkenntnisse
[4] Hatha Yoga nach Methode von B.K.S. Iyengar

* Ihr könnt mit der Praxis zwischen Di. 17:30 und
18:15 Uhr beginnen und spätestens
um 19:45 Uhr beenden.

** Ihr könnt mit der Praxis zwischen 6:30 und
7:00 Uhr beginnen und spätestens um 8:30 Uhr
beenden.