

Montag Live	* 12:15 – 13:15	Yoga
	* 17:50 – 18:50	Yoga Einführung
	* 19:05 – 20:20	Yoga
	* 20:30 – 21:45	Yoga
Dienstag Live	* 09:00 – 10:00	Ganzkörpertraining
	* 18:05 – 19:20	Yoga
Mittwoch Online	* 20:00 – 21:15	Yoga
Freitag Live	17:30 – 19:00	Achtsamkeit Atem / Qi Gong / Body Scan 10.9. / 8.10. / 5.11. / 17.12.

Workshop	12:15 – 16:15	Yoga & Qi Gong Sa 2.10.
	12:15 – 16:15	Advent - Yoga So 19.12

* Lektionen in denen vor- oder nachgeholt werden kann