



November 2023 im Loft

Mo Di Mi Do Fr Sa So

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
		1	2 17:30 Yoga für Männer (Marc)	3 9:15 Vinyasa Flow (Kathy) 17:30 Yin Yang Flow (Olga)	4 9:30 Hatha Yoga (Sandra) Pilates an der Wand Workshop (11:00) Schnupperworkshop Aerial Yoga (14:00)	5
6 17:30 Klassischer Yoga (Aleksandra)	7 17:30 Yin Yoga (Aleksandra) 19:00 Yoga für Rücken & Schultern (Aleksandra)	8 17:30 Yogapilates (Sabrina) 19:00 Sling Fit (Björn)	9 17:30 Yoga für Männer (Marc) 19:00 Aerial Yoga (Kathy)	10 9:15 Vinyasa Flow (Kathy) 17:30 Yin Yang Flow (Olga)	11 9:30 Hatha Yoga (Olga)	12
13 17:30 Klassischer Yoga (Aleksandra)	14 17:30 Yin Yoga (Aleksandra) 19:00 Yoga für Rücken & Schultern (Aleksandra)	15 17:30 Yogapilates (Kathrin) DANA® Aerial Yoga - 108 Sonnengrüße (19:00)	16 DANA® Aerial Yoga - Deep Workshop (18:00)	17 9:15 Vinyasa Flow (Kathy) Zeitlos Yoga Ausbildung	18 Zeitlos Yoga Ausbildung	19 Zeitlos Yoga Ausbildung
20 Selbstverteidigung für 10 - 14 Jährige (15:00) 17:30 Klassischer Yoga (Aleksandra)	21 17:30 Yin Yoga (Aleksandra) 19:00 Yoga für Rücken & Schultern (Aleksandra)	22 17:30 Yogapilates (Kathrin) 19:00 Sling Fit (Björn)	23 17:30 Yoga für Männer (Marc) 19:00 Aerial Yoga (Kathy)	24 9:15 Vinyasa Flow (Kathy) 17:30 Yin Yang Flow (Vanessa)	25 9:30 Hatha Yoga (Sandra) 11:00 Kundalini Yoga (Sandra)	26 Aerial Yoga für Pärchen (14:00)
27 Selbstverteidigung für 10 - 14 Jährige (15:00) 17:30 Klassischer Yoga (Aleksandra)	28 17:30 Yin Yoga (Aleksandra) 19:00 Yoga für Rücken & Schultern (Aleksandra)	29 17:30 Yogapilates (Nadine) 19:00 Sling Fit (Björn)	30 17:30 Yoga für Männer (Marc) 19:00 Aerial Yoga (Kathy)			

Yoga Flatrate

Zeitlos Flatrate
Zeitlos 10er Karte

Alle
Stunden

Aerial/Sling Flatrate

Workshops (siehe website)



November 2023 im Studio

Mo Di Mi Do Fr Sa So

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
		1	2	3	4	5
			7:00 Aerial Yoga (Sandra) 18:30 Vinyasa Yoga (Sandra)	7:00 Pilates Allegro (Sandra) 18:00 Meditation (Kadampa)		
6	7	8	9	10	11	12
7:30 Hatha Yoga (Sandra) 17:00 Aerial Yoga (Angela)	7:15 Kundalini Yoga (Sandra) 8:45 Pilates Allegro (Sandra) 17:00/18:30 Aerial Yoga (Kathy)	9:30 Vinyasa Yoga (Pauline) 18:00 Hatha Yoga (Olga) 19:30 Hatha&Meditation (Olga)	7:00 Aerial Yoga (Sandra) 18:30 Vinyasa Yoga (Pauline)	7:00 Pilates Allegro (Sandra) 10:15 Klassischer Yoga (Aleksandra) 18:00 Meditation (Kadampa)		
13	14	15	16	17	18	19
17:00 Aerial Yoga (Angela)	17:00/18:30 Aerial Yoga (Kathy)	9:30 Vinyasa Yoga (Pauline) 18:00 Hatha Yoga (Olga) 19:30 Hatha&Meditation (Olga)	7:00 Aerial Yoga (Sandra) 18:30 Vinyasa Yoga (Pauline)	7:00 Pilates Allegro (Sandra) 10:15 Klassischer Yoga (Aleksandra) 18:00 Meditation (Kadampa)		
20	21	22	23	24	25	26
7:30 Hatha Yoga (Sandra) 9:00 Pilates Allegro (Sandra) 17:00 Aerial Yoga (Angela)	17:00/18:30 Aerial Yoga (Kathy)	9:30 Vinyasa Yoga (Pauline) 18:00 Hatha Yoga (Olga) 19:30 Hatha&Meditation (Olga)	7:00 Aerial Yoga (Sandra) 18:30 Vinyasa Yoga (Pauline)	7:00 Pilates Allegro (Sandra) 10:15 Klassischer Yoga (Aleksandra)		
27	28	29	30			
7:30 Hatha Yoga (Sandra) 9:00 Pilates Allegro (Sandra) 17:00 Aerial Yoga	7:15 Kundalini Yoga (Sandra) 17:00/18:30 Aerial Yoga (Kathy)	9:30 Vinyasa Yoga (Pauline) 18:00 Hatha Yoga (Olga) 19:30 Hatha&Meditation (Olga)	7:00 Aerial Yoga (Sandra) 18:30 Vinyasa Yoga (Pauline)			

Yoga Flatrate

Zeitlos Flatrate
Zeitlos 10er Karte

Alle
Stunden

Aerial/Sling Flatrate

Allegro 10er Karte
Meditation (vor Ort zahlen)