

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	8:45 – 10:00 Uhr Studio Yoga Moods: Health Andrea	9:00 – 10:00 Uhr Online Prenatal Yoga* Evi 	8:45 – 10:00 Uhr Studio Yoga Moods: Anusara Ina		8.45 – 10:00 Uhr Online Yoga Moods: Anusara Ina 	10.00 – 11:15 Uhr Online New Teacher Sunday New Teacher Team 
10:30 – 11:30 Uhr Studio Mami & Baby Yoga* Ina	10.30 – 11.30 Uhr Studio Senioren Yoga* Andrea	10:30 – 11:30 Uhr Online Mami & Baby Yoga* Evi 	10.30 – 11.30 Uhr Studio Senioren Yoga* Ina		Unsere verschiedenen offenen Yogaklassen	
	12.30 – 13.00 Uhr Online Yoga Moods: Lunch Jolijn 		12.30 – 13.00 Uhr Online Yoga Moods: Lunch Jolijn 		Yoga Moods Anusara: spüre die Energie einer fortgeschrittenen Vinyasa Yoga Praxis, inspiriert von den Ausrichtungsprinzipien des Anusara Yoga (Level 2-3)	
18:00 – 19:00 Uhr Hybrid Prenatal Yoga* Ina 	18:00 – 19:15 Uhr Studio Yoga Moods: Flow Marion	18:00 – 19:15 Uhr Studio Yoga Moods: Balance Evi	18:00 – 19:00 Uhr Studio Yoga Newcomer* Theresa	18.00 – 19.15 Uhr im wöchentlichen Wechsel	Yoga Moods Flow: bringe Deinen Körper & Geist in Einklang mit fließenden Sequenzen und geschmeidigen Bewegungen, getragen von deinem Atem (Level 2)	
				Online Yoga Moods: Balance Birte 	Yoga Moods Balance: genieße eine ausbalancierte Hatha Yoga Praxis, bring die Aufmerksamkeit nach innen und schenk Dir Raum zum Nachspüren (Level 1)	
19:30 – 20:45 Uhr Hybrid Yoga Moods: Anusara Ina 	19:45 – 21:00 Uhr Studio Yin Yoga Marion	19:45 – 21.00 Uhr Online Yoga Moods: Flow Evi 	19:30 – 20.45 Uhr Studio Yoga Moods: Health Andrea / Theresa	Online Yin Yoga Team 	Yoga Moods Health: lerne mehr über die Bewegungsabläufe des Körpers, kräftige Deinen Rücken und stärke ganzheitlich Deine Gesundheit (Level 1-2)	
					Yoga Moods Lunch: nutze die Mittagspause um den Körper einmal genüsslich durchzubewegen und verspannte Muskelpartien sanft zudehnen (Level 1)	
					New Teacher Sunday: starte mit von uns ausgebildeten YogalehrerInnen in den Sonntag und sei dabei wenn sie ihr Potential entfalten (Level 1-2)	