

## Kursplan

Stand: 01.06.2024

	Kurszeit		Kurs	Ort*
<b>Montag</b>	09.00 - 10.00		Hatha "Sweet Sixty"	YS
	10.15 - 11.15		Hatha "Sweet Sixty"	YS
	15:15 - 16:15		Pilates	YS
	16:30 - 17:45		Hatha Yoga	YS
	17:15 - 18:30		Hatha Yoga	PT
	18:00 - 19:15		Yin Yoga	YS
	18:45 - 19:45		Qi Gong	PT
	19.30 - 20.45		Rücken-Yoga	YS
<b>Dienstag</b>	16.30 - 17.45		Hatha Yoga	YS
	18.00 - 19.15		Hatha Yoga	YS
	18.15 - 19.15		Pilates	PT
	19.30 - 20.45		Hatha Yoga	YS
<b>Mittwoch</b>	09.15 - 10.15		Qi Gong	YS
	15.15 - 16.15		Pilates	YS
	16.30 - 17.45		Hatha Yoga	YS
	18.00 - 19.15		Hatha Yoga	YS
	19.30 - 20.45		Hatha Yoga	YS
<b>Donnerstag</b>	18.00 - 19.15		Yin Yoga	PT
	18.15 - 19.15		Pilates	YS
	19.30 - 20.45		Yin Yoga	PT
	19.30 - 20.45		Abendyoga	YS
<b>Freitag</b>	10.00 - 11.00		Hatha "Sweet Sixty"	YS
	10.30 - 11.30		Qi Gong	PT
	11.15 - 12.15		Hatha "Sweet Sixty"	YS
<b>Samstag</b>	10.00 - 11.15		Yoga am Morgen	YS

\*YS= Yogastudio

PT= Physiotherapie & MediFit - Bahnhofstr. 41, 12555 Berlin

**Bitte bei allen Angeboten verbindlich anmelden !**

Die Termine für Workshop's und Event's entnehmen Sie bitte den Hinweisen auf unserer Website.  
Hierfür ist immer eine verbindliche Anmeldung notwendig!

[www.auszeit-yoga-berlin.de](http://www.auszeit-yoga-berlin.de)

Auszeit - Studio für Yoga, Ayurveda und ganzheitliche Therapie

Mahlsdorfer Str. 106 - 107 \* 12555 Berlin-Köpenick \* Telefon: (030) 63 22 06 28

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 09.00 – 13.00 Uhr / 15.30 – 21.00 Uhr . Sa. / So. Termine und Kurszeiten nach Vereinbarung