

## GRUPPENKURSE

Alle schwarzgedruckten Kurse können mit dem Aranya Abo gebucht werden. Für die grau gekennzeichneten Kurse melde Dich direkt bei dem/der Leiter:in.

**D/E** = Die Klassen finden bei Bedarf auch auf Englisch statt. The lessons are also taught in English if required.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			07:00 – 08:00 <b>Ganzheitliches Vinyasa</b> mit Alison			
		08:45 – 09:30 <b>Functional Training</b> mit Jana		09:00 – 10:15 <b>Pilates &amp; Yoga (D/E)</b> mit Jana	09:30 – 10:30 <b>Mindful Morning Flow (E)</b> mit Maya	
10:00 – 11:15 <b>Sanftes Yoga</b> mit Jana		10:00 – 11:15 <b>Sanftes Yoga</b> mit Jana				
12:05 – 13:00 <b>Pilates</b> mit Jana			12:00 – 13:00 <b>Yin &amp; Klang (D/E)</b> mit Jana			
16:30 – 17:30 <b>Yin Yoga</b> mit Jana		17:30 – 18:30 <b>Pilates (D/E)</b> mit Jana				17:30 – 18:45 <b>Hatha Klang Flow</b> mit Jasmin
18:00 – 19:15 <b>Hatha Yoga</b> mit Jana	18:30 – 19:45 <b>Yin Yoga (D/E)</b> mit Andrea	18:45 – 20:15 <b>Taj Ji</b> mit Chris	18:15 – 19:15 <b>Sculpt HIIT (D/E)</b> mit Tabea			
19:45 – 20:45 <b>Hatha Yoga Flow (D/E)</b> mit Martina	20:00 – 21:30 <b>Wing Chun</b> mit Tactile Flow	20:15 – 21:45 <b>Wing Chun</b> mit Tactile Flow	19:30 – 20:45 <b>Vinyasa Medium (D/E)</b> mit Josefine			