

MONTAG

06:00 – 09:00
AYI Mysore

DIENSTAG

06:00 – 09:00
AYI Mysore

MITTWOCH

06:00 – 09:00
AYI Mysore

09:00 – 10:30
AYI Basic I

DONNERSTAG

06:00 – 09:00
AYI Mysore

FREITAG

06:00 – 09:00
AYI Mysore

09:00 – 10:30
AYI Basic I

SONNTAG

09:00 – 11:00**
AYI Basic I /
Selbstpraxis

16:00 – 17:15
AYI Sen

12:00 – 13:15***
Yoga for women

18:00 – 19:45
AYI Led

17:30 – 18:45*
AYI Basic II

17:30 – 18:45
AYI Basic I

17:00 – 18:30*
AYI Basic II

18:00 – 19:30
AYI Basic II

17:30 – 18:45*
AYI Basic II

19:00 – 19:45
Einführung in
Meditation

19:00 – 21:00
AYI Präzision
Workshop

18:30 – 20:00
AYI Mysore

Variabel**
AYI Friday Night

19:00 – 20:00**
Meditation

20:00 – 21:30
AYI Basic I

20:00 – 21:30
AYI Basic I

■ Offen für alle

■ Vorerfahrung
notwendig

* Hochschulsport der Uni Ulm

** Community Class / Auf Spendenbasis.
Sonntag AYI Basic I von Lehrern
in Ausbildung unterrichtet.

*** Social Project

AYInstitute Ulm
Dr. Ronald Steiner & Team
Frauenstr. 124
89073 Ulm
institute@ashtangayoga.info

