

# Stundenplan im **A N A N D A** ab September 2025



| Montag                                                                                    | Dienstag                                                                         | Mittwoch                                                                          | Donnerstag                                                                     | Freitag | Sa                           | Sonntag |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------|---------|
| <b>10:15 – 11:45</b><br><br><b>Lucy</b><br>Iyengar Yoga<br>alle Stufen                    | <b>10:00 – 11:00</b><br><br><b>Helmut</b><br>Schmerzfreikurs                     |                                                                                   | <b>10:30 – 11:30</b><br><br><b>Helmut</b><br>LnB Training,<br>Liebscher&Bracht |         | Tagesseminare                |         |
| <b>15:00 – 16:00</b><br><br><b>Helmut</b><br>Schmerzfreikurs                              |                                                                                  |                                                                                   |                                                                                |         | Workshops                    |         |
| <b>16:30 – 18:00</b><br><br><b>Csilla</b><br><br>alle Stufen<br>Termine<br>sieheHomepage  | <b>16:00 – 17:15</b><br><br><b>Helmut</b><br><br>Levi Yoga                       | <b>16:00 – 17:00</b><br><br><b>Laura</b><br><br>Yoga für Kinder<br>4-10 Jahre     |                                                                                |         | Gastlehrkräfte               |         |
| <b>18:30 – 20:00</b><br><br><b>Csilla</b><br><br>alle Stufen<br>Termine siehe<br>Homepage | <b>17:30 – 19:00</b><br><br><b>Reiner</b><br><br>Iyengar Yoga<br><br>alle Stufen | <b>17:30 – 19:00</b><br><br><b>Manuela</b><br><br>Iyengar Yoga<br><br>alle Stufen | <b>17:45– 19:00</b><br><br><b>Alfons</b><br><br>Yoga<br><br>alle Stufen        |         | Termine<br>siehe<br>Homepage |         |
|                                                                                           | <b>19:30 – 20:30</b><br><br><b>Tanja</b><br><br>vonnArt/ bodvArt                 | <b>19:30 – 21:00</b><br><br><b>Manuela</b><br><br>alle Stufen                     | <b>19:15 – 20:45</b><br><br><b>Manuela</b><br><br>alle Stufen                  |         |                              |         |
|                                                                                           | <b>Online</b><br><br><b>19:30 – 21:00</b><br><b>Manuela</b><br>Online-Klasse     |                                                                                   |                                                                                |         |                              |         |