

# YOGA ATELIER BERLIN – Kurse 2024

## 2. Jahreshälfte

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.15 - 9.30h Ashtanga Yoga Basic		8.15 – 9.45h Hatha Yoga		8.15 – 9.45h Hatha Yoga
		17.15 – 19.30h MBSR: Stressbewältigung durch Achtsamkeit (Start: 28.8. bzw. 30.10.)	17.15- 18.30h Ashtanga Yoga Basic	17.45 – 20h MBSR: Stressbewältigung durch Achtsamkeit (Start: 6.9. bzw. 1.11.)
17.45 – 19.15h Hatha Yoga	17.45 – 19.15h Hatha Yoga		18.45 – 20.15h Hatha Yoga	
	19.30– 21h Hatha Yoga			

Kein Unterricht: 30.9 - 4.10.24	Beginn		Ende	
	Spätsommer/Herbst		26. Aug.	25. Okt.
	Herbst / Winter		28. Okt.	20. Dez.

Ashtanga Yoga Basic		8 x 75 min	135 €
Hatha Yoga		8 x 90 min	155 €
MBSR		8 x 135 min + Übungsmaterial	365 €
Achtsamkeitstag	12.10./ 14.12.24	6 x 45 min	75 €

**SPECIALS Yoga+ Fasten** am Wohnort 18.- 26. Sept. 175 €

Stand: 17.3.24 - Aktuelle kurzfristige Änderungen sowie weitere Angebote:

**[yoga-atelier-berlin.de/Aktuelles](https://yoga-atelier-berlin.de/Aktuelles)**