

YOGA ATELIER BERLIN – Kurse 2026

2. Jahreshälfte

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.15 - 9.30h Ashtanga Yoga Basic (dynamisch)		8.15 – 9.45h Hatha Yoga (achtsam, ruhig)	8.15h - 9.15h Yoga + Pilates online	8.15 – 9.45h Hatha Yoga (achtsam, ruhig)
17.45 – 19.15h Hatha Yoga (achtsam, ruhig)	18.15h - 19.15h Meditation online	17.45 – 20h MBSR: Stressbewältigung durch Achtsamkeit	17.15- 18.30h Ashtanga Yoga Basic (dynamisch)	
19.30 - 20.30h Faszien-Yoga online	19.30– 21h Hatha Yoga (achtsam, ruhig)		18.45 - 20.15h Hatha Yoga (achtsam, ruhig)	

Buchung der Online-Kurse bitte bei der VHS Charlottenburg-Wilmersdorf		Beginn	Ende
	Spätsommer/Herbst	17. August	9. Oktober
	Herbst/Winter	26. Oktober	18. Dezember
Kein Unterricht 12.- 23. Oktober 2026			

Ashtanga Yoga Basic (dynamisch)	8 x 75 min	145 €
Hatha Yoga (achtsam, ruhig)	8 x 90 min	165 €
MBSR	8 x 135 min	+ Übungsmaterial 385 €
Achtsamkeitstag 26.9.26 / 12.12.26	6 x 45 min	75 €

Stand: 22.01.26 - Aktuelle kurzfristige Änderungen sowie weitere Angebote:

yoga-atelier-berlin.de/Aktuelles