



Stundenplan 2026

Stand: 01.05.2026. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
MINDFUL MOVES 09:30–10:30 Level 1 ELISABETH	FASZIENYOGA 08:30–09:30 Basic Level DORIS	RISE & SHINE 06:30–07:45 Level 1 ANNA-SOPHIE	FASZIENYOGA 06:30–07:30 Basic Level DORIS	PILATES 07:00–07:45 Basic Level ANNA-SOPHIE	RISE & SHINE 09:00–10:15 Level 1 ANNA-SOPHIE	MORNING GLOW 08:30–09:30 Basic Level
		PILATES 16:45–17:30 Basic Level ETTA			STRONG & SLOW 15:00–16:15 Level 1 DORIS	BODY & SOUL Classics 11:00–12:15 Basic Level NICKI
INSIDE FLOW® 17:45–19:15 Level 2 NICKI	MINDFUL MOVES 17:45–18:45 Level 1 ELISABETH	STRONG & SLOW 17:45–19:00 Level 1 DORIS	FLOW TO YIN 17:45–19:15 Basic Level NICKI	HIPPY FRIDAY 17:15–18:15 Basic Level	FLOW TO YIN 17:00–18:30 Basic Level NICKI	INSIDE FLOW® 15:00–16:30 Level 2 NICKI
STRETCH & RELAX 19:30–20:30 Basic Level NICKI	YOGA BACK CARE 19:00–20:15 Basic Level ANITA	PURE FLEXIBILITY 19:15–20:15 Basic Level URSULA	PURE FLEXIBILITY 19:30–20:30 Basic Level URSULA	BUDOKON® YOGA 18:30–19:45 Level 2 FLO	STRETCH & RELAX 18:30–19:30 Level 1 NICKI	YIN YOGA 18:00–19:00 Basic Level BIRGIT
					VYL FLOW & CHILL Classics 18:30–19:45 Level 1 NICKI	YOGA BACK CARE 18:30–19:45 Basic Level ANITA

ÖFFNUNGSZEITEN:

15 Minuten vor jeder Klasse.

ANMELDUNG:

www.yoga-life.at/stundenplan

WELCHES LEVEL PASST FÜR MICH?

Basic Level: Für alle und ideal zum Beginnen

Level 1: Für alle mit Yogaerfahrung

Level 2: Für Fortgeschrittene



Diese Klassen finden im Studio statt und werden zusätzlich online live via zoom übertragen.



Diese Klassen sind ausschließlich online verfügbar.