

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	<b>8:30-9:45 Uhr</b> <b>Yoga Basiskurs</b> mit Gertrud Sohler			<b>8:00-9:00 Uhr</b> <b>Pilates</b> mit Susanne Ziegler		
<b>9:00-10:15 Uhr</b> <b>Hatha Yoga</b> mit Constanze Busch		<b>9:00-10:15 Uhr</b> <b>Yoga Basiskurs</b> mit Gertrud Sohler	<b>9:00-10:15 Uhr</b> <b>Yoga Fortgeschrittene</b> mit Gertrud Sohler	<b>9:10-10:10 Uhr</b> <b>Pilates</b> mit Susanne Ziegler		<b>9:30-11:30 Uhr</b> <b>Yoga – chanten – singen</b> mit Maximilana Engel 1 x im Monat
<b>10:45-12:45 Uhr</b> <b>Geburtsvorbereitung</b> mit Sandra Zitzler	<b>10:00-11:15 Uhr</b> <b>Yoga Basiskurs 60+</b> mit Gertrud Sohler		<b>10:45-12:00 Uhr</b> <b>Rückbildung</b> mit Sandra Zitzler	<b>10:30-11:30 Uhr</b> <b>Pilates</b> mit Kathleen Böttger	<b>10:30-13:00 Uhr</b> <b>Achtsames Intensivtraining zur Stressbewältigung</b> mit Claudia Gaßner- Stärk, Sept.-Dez. 10x	
		<b>14:15-15:30 Uhr</b> <b>Yoga für Schwangere</b> mit Kerstin Hartmann		<b>15:00-16:00 Uhr</b> <b>Yoga für Kinder 6-10 J.</b> mit Verena Hahn		
	<b>16:15-17:30 Uhr</b> <b>Engpassdehnung nach Liebscher &amp; Bracht</b> mit Davina Hübler de Castro	<b>16:00-16:45 Uhr</b> <b>Yoga für Kinder 3-6 J.</b> mit Andrea Mayerhofer	<b>16:30-17:30 Uhr</b> <b>Baby-Massage-Kurs</b> mit Sandra Zitzler Ab November	<b>16:30-17:45 Uhr</b> <b>Yin Yoga</b> mit Ursula Rauner		
<b>18:00-19:15 Uhr</b> <b>Yoga Basiskurs</b> mit Gertrud Sohler	<b>18:15-19:30 Uhr</b> <b>Yoga Fortgeschrittene</b> mit Gertrud Sohler	<b>17:15-18:30 Uhr</b> <b>Yoga Basiskurs</b> mit Gertrud Sohler	<b>18:00-19:30 Uhr</b> <b>Hatha Yoga</b> mit Davina Hübler de Castro	<b>18:15-19:30 Uhr</b> <b>Hatha Yoga nach Yesudian, Basiskurs</b> mit Angelika Gleißner		
<b>19:30-20:45 Uhr</b> <b>Yoga Fortgeschrittene</b> mit Gertrud Sohler	<b>19:45-21:00 Uhr</b> <b>Yoga Basiskurs</b> mit Gertrud Sohler	<b>19:45-20:00 Uhr</b> <b>Hearfulness Meditation</b> Offenes Angebot, keine Kursgebühr.	<b>19:45-21:00 Uhr</b> <b>Hatha Yoga</b> mit Davina Hübler de Castro			<b>19:00-21:00 Uhr</b> <b>Authentische Bewegung, vom Selbst bewegt sein</b> mit Karin Winter 14-tägige Veranstaltung
		<b>20:15-21:15 Uhr</b> <b>Hatha Yoga Flow</b> mit Verena Hahn	<b>19:00-20:00 Uhr</b> <b>Indischer Tanz Basiskurs</b> mit Alexandra Ritter (im Haus Tobias, Stenglinstr. 7, Augsburg)			

**Tag der  
offenen Tür**  
9. und 10. Sept.

Kursanmeldung über unsere Webseite: [www.your-space-augsburg.de](http://www.your-space-augsburg.de)  
oder per E-Mail: [info@your-space-augsburg.de](mailto:info@your-space-augsburg.de)

Stand: 08/2023