

YOGA ATELIER BERLIN – Kurse 2026

1. 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	17.15 – 19.30h 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- Wilmerdorf			Beginn	Ende
			Winter	5. Januar
			Frühjahr	27. Februar
			Frühsommer	2. März
				8. Mai
				11. Mai
				10. Juli
Kein Unterricht in den Berliner Osterferien, 14./15. Mai, 25.-27. Mai 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 €
Achtsamkeitstage 14.2. / 25.4. / 4.7.26	6 x 45 min	75 €
Fastenwoche 18.- 26.3.2026	5 x 75 min + Fastenunterlagen	195 €

Stand: 18.12.25 - Aktuelle kurzfristige Änderungen sowie weitere Angebote:

yoga-atelier-berlin.de/Aktuelles