

# Home of Om

## Stundenplan 2026

Yoga für Eltern und Baby:  
Kontakt Judith für Zeiten. 06767226588

### Montag

09:00-10:30 Vinyasa Yoga mit Angus  
18:30-20:00 Vinyasa Yoga, mit Angus

### Dienstag

09:00-10:30 Sivananda Yoga mit Angus  
11:00-12:30 Yoga 60+ mit Judith  
17:15-18:30 Yoga von Anfang an mit Angus

### Mittwoch

10:30-12:00 Yoga für ältere Menschen mit Helga  
17:15-18:45 Sivananda Yoga mit Judith (sanft)  
19:00-20:30 Vinyasa Yoga Mysore, mit Angus

### Donnerstag

07:30-09:00 Early Yoga mit Angus  
17:00-18:30 Yoga für Schwangere (sanft)  
Wende dich an Judith für weitere Infos 06767226588  
19:00-20:30 Sivananda Yoga mit Angus

### Freitag

08:30-10:00 *Moving from within mit Helga*  
16:15-18:15 Selbstpraxis / Mysore gut für anfänger mit Angus

### Samstag

09:00-10:30 Sivananda Yoga mit Angus

### Sonntag

07:00-07:30 Meditation mit Angus  
07:30-09:00 Sivananda Yoga mit Angus