

KURSPLAN 2025/26

MONTAG

Yoga im Einzelsetting
mit Nadine
Termin nach Vereinbarung

Workshops & Retreats am Wochenende
auf der Homepage ersichtlich

Vinyasa Yoga
mit Romina
17:00 – 18:00 Uhr

Modern Jazz Dance
mit Nadine
18:15 – 19:30

“Vom Klang berührt” Yoga
mit Nadine
19:45 – 21:00 Uhr

DIENSTAG

Rendez-vous mit deiner Stimme (Stimmtraining)
mit Nadine
Termin nach Vereinbarung

“Slow Flow Yoga”
mit Vera
16:15 – 17:15

“Quelle der Kraft” Yoga
mit Tamara
17:30 – 18:45

Fat Chance Belly Dance – Gruppenbauchtanz
mit Tina
19:00 – 20:30 Uhr

MITTWOCH

Klangschalenmassage
mit Nadine
Termin nach Vereinbarung

Basic Body Awareness Therapie
mit Katharina
16:30 – 17:30 Uhr

“Beweglich & Stark” Yoga
mit Nadine
17:45 – 19:00 Uhr

Modern Jazz Dance
mit Nadine
19:15 – 20:30

DONNERSTAG

“Yoga am Stuhl” für Senior:innen
mit Nadine
9:30 – 10:30

Studiovermietung für dein Angebot
auf Anfrage

“Balance für Körper und Geist” Yoga
mit Tamara
17:00 – 18:15

“Sonne im Herzen” Yoga
mit Tamara
18:30 – 19:45

YinYoga
mit Vera
20:00–21:00

FREITAG

Morgen Yoga
mit Martha
9:00 – 10:15 Uhr

Yin Yoga
mit Romina
10:30 – 11:30 Uhr

Tanzsafari
mit Liuba
16:00 – 17:00

Soundhealing
mit Nadine
18:30 – 20:30
einmal monatlich

Heilsames Singen
mit Nadine
18:30 – 21:00
einmal monatlich