

Kurstermine in den Sommerferien 2025



Sommerferien- Special: 1. Woche vom 3.7.-11.7.25

Uhrzeit	Donnerstag 3.7.	Freitag 4.7	Montag 7.7.	Dienstag 8.7.	Mittwoch 9.7.	Donnerstag 10.7.
9-10.30 Uhr	Faszientraining mit Cupping und Yin-Yoga	Yin Yoga und Cupping		Hatha-Yoga Sonnengruß intensiv Atmung und Meditation	Yin Yoga Chakren	Faszientraining mit Cupping und Yin-Yoga
11-12.30 Uhr				Yin Yoga und Cupping	Hatha-Yoga Cupping für mehr Beweglichkeit	Hatha-Yoga für den Rücken
17.30 - 18.30 Uhr			Hatha-Yoga Rücken			
18-19.30 Uhr				Hatha-Yoga Sonnengruß intensiv Atmung und Meditation		
18.30-20 Uhr	Yin Yoga und Chakren				Yin Yoga und Chakren	Yin Yoga mit Cupping
18.45- 19.45 Uhr			Faszientraining mit Cupping Schulter Nacken			

Sommerferien - Special: 2. Woche vom: 4.8. - 8.8.25

Uhrzeit	Montag 4.8.	Dienstag 5.8.	Mittwoch 6.8.	Donnerstag 7.8.	Freitag 8.8.
9-10.30 Uhr		Hatha-Yoga- Sonnengruß intensiv Atmung und Meditation	Yin Yoga Chakren	Faszientraining mit Cupping und Yin-Yoga	Yin Yoga Cupping
11-12.30 Uhr		Yin Yoga und Cupping	Hatha-Yoga Cupping für mehr Beweglichkeit	Hatha-Yoga für den Rücken	
17.30 - 18.30 Uhr	Hatha-Yoga Rücken mit Cupping				
18-19.30 Uhr		Hatha-Yoga- Sonnengruß intensiv Atmung und Meditation			
18.30-20 Uhr			Yin Yoga und Cupping	Yin Yoga und Chakren	
18.45- 19.45	Faszientraining mit Cupping Schulter Nacken				