

DONNERSTAG

- 14 Uhr sanfte Yoga Einheit zum Ankommen
- 20 Uhr Tiefenentspannung

FREITAG

- 8 Uhr Yoga - kraftvoller Start in den Tag
- 11 Uhr Leichtigkeit-Workshop
- 14 Uhr Yoga am Bergsee auf 1.800 mt Höhe
- 20 Uhr Klangbad

SAMSTAG

- 8 Uhr Yoga - kraftvoller Start in den Tag
- 11 Uhr sanftes Vinyasa Yoga
- 14 Uhr Waldbaden
- 20 Uhr geführte Meditation

SONNTAG

- 8 Uhr Yoga - kraftvoller Start in den Tag
- 11 Uhr sanftes Vinyasa Yoga
- 14 Uhr gemeinsamer Abschluss



LEICHTichSEIN

17.-20. Sept 2020

