

1-2x im Monat Termine **freitags/samstags**

Atem-Workshops, Ernährung & Psyche, Mantren, Chanten, Tönen, Chakras,
 Selbstwert steigern, Glaubenssätze lösen, Entspannungsverfahren erlernen ...

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Alle persönliche Termine nach Absprache. Es kommen immer wieder neue Kurse und Events dazu - schau auf meiner Homepage vorbei: www.jnanayoga.de

10:00-11:00 UHR
Yoga Online

10:00-14:00 UHR
Haustermine für
 Frauen und Kinder
 in **Waldenbuch**
 Personal Training/
 Massage/ Coaching

12:00-13:00 UHR
Faszienyoga

13:30-16:00 UHR
 Personal Training/
 Massage/ Coaching

17:00-18:00 UHR
Yoga

18:30-19:30 UHR
Aerial Deep

09:00-10:00 UHR
Yoga

10:30-15:00 UHR
 Personal Training/
 Massage/ Coaching

17:00-18:00 UHR
Aerial / Medical

18:30-20:30 UHR
 Personal Training/
 Massage/ Coaching

17:30-18:30 UHR
**Qi Gong mit Sifu
 Miao Feng**

19:00-20:00 UHR
Yoga Deep
 ab Mitte November 2022

17:30-18:30 UHR
**Qi Gong mit Sifu
 Miao Feng**