

Programm für das Yogawochenende am 29.11.2024 - 01.12.2024

Freitag, den 29.11.2024:

ab 14:30 Uhr einchecken möglich
15:00 Uhr Ankommen, Begrüßung bei Kaffee & Kuchen
16:30 Uhr Yogaeinheit 2 ½ Stunden
19:30 Uhr Warmes Abendessen
anschließend gemütliches Beisammensein

Samstag, den 30.11.2024

ab 08:00 Uhr Porridge/Früchte Frühstück
09:00 Uhr Yogaeinheit 2 Stunden
12:00 Uhr Brunch
14:30 Uhr Coaching Session 1 Stunde
16:00 Uhr Yogaeinheit 2 Stunden
19:00 Uhr Warmes Abendessen
anschließend gemütliches Beisammensein

Sonntag, den 01.12.2023

ab 08:00 Uhr Porridge/Früchte Frühstück
09:00 Uhr Yogaeinheit 2 ½ Stunden
12:00 Uhr Brunch
Abreise

Des Weiteren ist es außerhalb der Yogaeinheiten möglich, ein Coaching Gespräch (z. B. Walk & Talk) zu einer persönlichen oder beruflichen Frage/Herausforderung zu führen