

Programm für das Yogawochenende am 24.10.25 – 26.10 2025

Freitag, den 24.10.2025:

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 25.10.2025

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 26.10.2025

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 buchen.