

Programm für das Yogawochenende am 16.01.2026 – 18.01.2026

Freitag, den 16.01.2026:

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

Samstag, den 17.01.2026

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 18.01.2026

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.