

Keine Yoga Matte dabei?
Gar kein Problem!
Wir leihen euch sehr gerne
eine Yogamatte für eure
Einheit aus.



YOGA HERBST PROGRAMM

ANMELDUNGEN

an der Rezeption
oder
über unsere
APP



wann		mit wem
	FREITAG, 16.10.2026	
08.00 – 09.30 Uhr	Morning Energy Flow	Miruna Mihailescu
17.00 – 18.30 Uhr	Zen & Flow	
	SAMSTAG, 17.10.2026	
08.00 – 09.30 Uhr	Good Morning Flow	Miruna Mihailescu
17.00 – 18.30 Uhr	Yin Yoga	Miruna Mihailescu
	SONNTAG, 18.10.2026	
08.00 – 09.30 Uhr	Rise & Shine	Miruna Mihailescu
17.00 – 18.30 Uhr	Hips & Legs	Miruna Mihailescu
	MONTAG, 19.10.2026	
08.00 – 09.30 Uhr	Yoga für Nacken & Schultern	Miruna Mihailescu
	DIENSTAG, 20.10.2026	
08.00 – 09.30 Uhr	Yoga für Hüften & unteren Rücken	Miruna Mihailescu
	MITTWOCH, 21.10.2026	
08.00 – 09.30 Uhr	Heartopening Flow	Miruna Mihailescu
	DONNERSTAG, 22.10.2026	
08.00 – 09.30 Uhr	Morgen Flow I Spiel mit Kraft	Flora Petri
	FREITAG, 23.10.2026	
08:00 – 09.30 Uhr	Morgen Flow I Spiel mit Kraft	Flora Petri
17.00 – 18.30 Uhr	Abend Flow I Landen in Ruhe	Flora Petri
	SAMSTAG, 24.10.2026	
08:00 – 09.30 Uhr	Morgen Flow I Spiel mit Kraft	Flora Petri
17.00 – 18.30 Uhr	Abend Flow I Landen in Ruhe	Flora Petri
	SONNTAG, 25.10.2026	
08:00 – 09.30 Uhr	Morgen Flow I Spiel mit Kraft	Flora Petri
17.00 – 18.30 Uhr	Abend Flow I Landen in Ruhe	Flora Petri
	MONTAG, 26.10.2026	
08:00 – 09.30 Uhr	Morgen Flow I Spiel mit Kraft	Flora Petri