



## Kursplan Oktober/November 2022

<b>05.10. (Mi)</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr</b>	<b>Flex-Yoga *</b>
<b>05.10. (Mi)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Faszien(t)raum</b>
<b>07.10. (Fr)</b>	<b>10.30 – 12.00 Uhr</b>	<b>Seelenzeit am Vormittag</b>
<b>07.10. (Fr)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Wochenausklang mit Yoga und Meditation</b>
<b>10.10. (Mo)</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr</b>	<b>Flex-Yoga *</b>
<b>10.10. (Mo)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Seelenzeit</b>
<b>11.10. (Di)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Seelenyoga online (via Zoom)</b>
<b>12.10. (Mi)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Faszien(t)raum</b>
<b>14.10. (Fr)</b>	<b>10.30 – 12.00 Uhr</b>	<b>Seelenzeit am Vormittag</b>
<b>15.-16.10. (Sa, So)</b>	<b>Workshop in Greiz/Thüringen</b>	<b>DER WEG ZU DIR Yoga und Schamanismus für Anfänger und Wiedereinsteiger</b>
<b>17.10. (Mo)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Seelenzeit</b>
<b>19.10. (Mi)</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr</b>	<b>Flex-Yoga *</b>
<b>19.10. (Mi)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Faszien(t)raum</b>
<b>21.10. (Fr)</b>	<b>10.30 – 12.00 Uhr</b>	<b>Seelenzeit am Vormittag</b>
<b>21.10. (Fr)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Wochenausklang mit Yoga und Meditation</b>
<b>24.10. (Mo)</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr</b>	<b>Flex-Yoga *</b>
<b>24.10. (Mo)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Seelenzeit</b>
<b>25.10. (Di)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Seelenyoga online (via Zoom)</b>
<b>26.10. (Mi)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Faszien(t)raum</b>
<b>28.10. (Fr)</b>	<b>10.30 – 12.00 Uhr</b>	<b>Seelenzeit am Vormittag</b>
<b>28.10. (Di)</b>	<b>19.00 – Ende</b>	<b>Kreis der Magie - Schamanischer Abend</b>
<b>31.10. (Mo)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Seelenzeit</b>
<b>02.11. (Mi)</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr</b>	<b>Flex-Yoga *</b>
<b>02.11. (Mi)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Faszien(t)raum</b>
<b>04.11. (Fr)</b>	<b>8.00 – 9.30 Uhr</b>	<b>Seelenzeit am Vormittag</b>
<b>05.-06.11. (Sa, So)</b>	<b>Workshop in Greiz/Thüringen</b>	<b>DER WEG ZU DIR – Teil II Yoga und Schamanismus</b>
<b>07.11. (Mo)</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr</b>	<b>Flex-Yoga *</b>
<b>07.11. (Mo)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Seelenzeit</b>
<b>08.11. (Di)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Seelenyoga online (via Zoom)</b>
<b>09.11. (Mi)</b>	<b>19.00 – 20.30 Uhr</b>	<b>Faszien(t)raum</b>

**Vom 11.11. bis 24.11. bleibt das Studio wegen Urlaub geschlossen!!!**

\* Flex-Yoga – Für alle die sich ihr Yoga ein bisschen dynamischer und kraftvoller wünschen – Yin Yoga und mehr... 90 Minuten für dein Wohlbefinden  
Kosten: 13 Euro