

## Kursplan September - Dezember 2024

Woche	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
30.09.- 06.10.2024	<u>30.09.2024</u> <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit <hr/> <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	<u>01.10.2024</u> <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	<u>02.10.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	<u>03.10.2024</u>	<u>04.10.2024</u>	<u>05.10.2024</u>	<u>06.10.2024</u>
07.10. - 13.10.2024	<u>07.10.2024</u> <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	<u>08.10.2024</u> <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	<u>09.10.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	<u>10.10.2024</u>	<u>11.10.2024</u> <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit <hr/> <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Flow (60 Min.)	<u>12.10.2024</u>	<u>13.10.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Kreis der Magie - schamanischer Trommelkreis
14.10.- 20.10.2024	<u>14.10.2024</u> <b>16.45 Uhr</b> Yin Yoga Flow (60 Min.) <hr/> <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	<u>15.10.2024</u> <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	<u>16.10.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	<u>17.10.2024</u>	<u>18.10.2024</u> <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	<u>19.10.2024</u>	<u>20.10.2024</u> <b>16.00-19.00 Uhr</b> Magic Yin Yoga
21.10.- 27.10.2024	<u>21.10.2024</u> <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	<u>22.10.2024</u> <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	<u>23.10.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	<u>24.10.2024</u>	<u>25.10.2024</u> <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit <hr/> <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Flow (60 Min.)	<u>26.10.2024</u>	<u>27.10.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Kreis der Magie - schamanischer Trommelkreis

28.10. - 03.11.2024	<u>28.10.2024</u> <b>16.45 Uhr</b> Yin Yoga Flow (60 Min.)	<u>29.10.2024</u> <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	<u>30.10.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	<u>31.10.2024</u>	<u>01.11.2024</u> <b>FEIERTAG</b>	<u>02.11.2024</u>	<u>03.11.2024</u>
	<u>28.10.2024</u> <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit						
04.11. - 10.11.2024	<u>04.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>05.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>06.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>07.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>08.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>09.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>10.11.2024</u> <b>URLAUB</b>
11.11.- 17.11.2024	<u>11.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>12.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>13.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>14.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>15.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>16.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>17.11.2024</u> <b>URLAUB</b>
18.11.- 24.11.2024	<u>18.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>19.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>20.11.2024</u> <b>URLAUB</b>	<u>21.11.2024</u>	<u>22.11.2024</u> <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	<u>23.11.2024</u>	<u>24.11.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Kreis der Magie - schamanischer Trommelkreis
				<u>19.00 Uhr</u> Yin Yoga Flow (60 Min.)			
25.11.- 01.12.2024	<u>25.11.2024</u> <b>16.45 Uhr</b> Yin Yoga Flow (60 Min.)	<u>26.11.2024</u> <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	<u>27.11.2024</u> <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	<u>28.11.2024</u>	<u>29.11.2024</u> <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	<u>30.11.2024</u>	<u>01.12.2024</u>
	<u>18.00 Uhr</u> Yin Yoga Seelenzeit						

02.12.- 08.12.2024	02.12.2024 <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	03.12.2024 <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	04.12.2024 <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	05.12.2024	06.12.2024 <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	 <p>06.12.-08.12.2024</p> <p><b>Studiogeburtstag</b></p>  <p><b>alle Veranstaltungen findest du am Ende des Quartalsplanes</b></p>	
09.12.- 15.12.2024	09.12.2024 <b>16.45 Uhr</b> Yin Yoga Flow (60 Min.) <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	10.12.2024 <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	11.12.2024 <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	12.12.2024	13.12.2024 <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	14.12.2024	15.12.2024
16.12.- 22.12.2024	16.12.2024 <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	17.12.2024 <b>18.30 Uhr</b> Yin Yoga online	18.12.2024 <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	19.12.2024	20.12.2024 <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Flow (60 Min.)	21.12.2024 <b>19.00 Uhr</b> Kreis der Magie - schamanischer Trommelkreis	22.12.2024
23.12.- 29.12.2024	23.12.2024 <b>URLAUB</b>	24.12.2024 <b>HEILIGABEND</b>	25.12.2024 <b>1. WEIHNACHTS- FEIERTAG</b>	26.12.2024 <b>2. WEIHNACHTS- FEIERTAG</b>	27.12.2024 <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	28.12.2024	29.12.2024 <b>16.00-19.00 Uhr</b> Magic Yin Yoga
30.12.- 05.01.2025	30.12.2024 <b>16.45 Uhr</b> Yin Yoga Flow (60 Min.) <b>18.00 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	31.12.2024	01.01.2025 <b>19.00 Uhr</b> Yin Yoga Faszien(t)raum	02.01.2025	03.01.2025 <b>10.30 Uhr</b> Yin Yoga Seelenzeit	04.01.2025	05.01.2025 <b>19.00 Uhr</b> Kreis der Magie mit geführter schamanischen Reise/Meditation

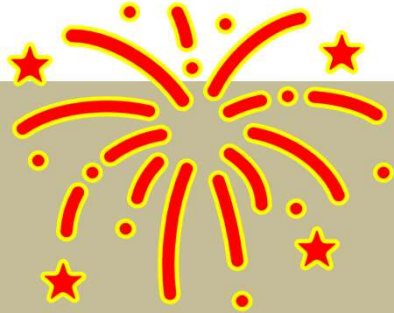
Yin Yoga Seelenzeit und Faszien(t)raum: 90 Minuten Zeit für dich im Yoga-Studio Seelenbalance (13 €)

Magic Yin Yoga: Intensive Zeit für dich - Yin Yoga und Meditation für mehr Balance in deinem Leben - 180 Minuten (25 €)

Yin Yoga Flow: Intensives Yin Yoga im Fluss von geführter Bewegung, tiefer Dehnung und intensivem Spüren - 60 Minuten (13 €)

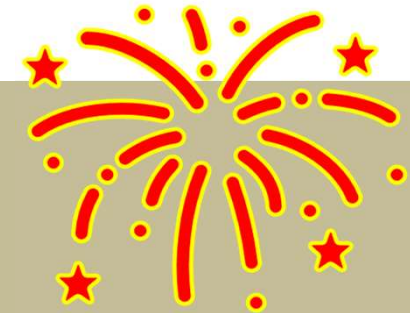
Yin Yoga online: Yin Yoga online via Zoom, für alle, die nicht ins Studio kommen können (oder wollen) - 90 Minuten Zeit für dich (13 €)




Kreis der Magie: Schamanischer Trommelabend - keine Vorkenntnisse erforderlich (Energieausgleich 15 €)



### 5 Jahre Yoga-Studio Seelenbalance

Die Einnahmen werden komplett für den Kauf von Weihnachtsgeschenken für die Gronauer Kinder (Wunschbaum-Aktion) verwendet.



06.12.2024	06.12.2024	06.12.2024	07.12.2024	07.12.2024	07.12.2024	08.12.2024	08.12.2024
15.30 Uhr Zeit zum Kennenlernen, Schauen, Fragen stellen, Gratulieren, Spenden....	17.00-18.00 Uhr Yin Yoga Flow - Yin Yoga im Fluss von geführter Bewegung, tiefer Dehnung und intensivem Spüren	19.00-21.00 Uhr Magic Yin Yoga mit einer geführten schamanischen Meditation zur Stärkung der Selbstheilungs- kräfte	16.00-17.00 Uhr Meditative Klangreise - magische Klänge für eine tiefe Entspannung (ca. 60 Min.)	im Anschluss gemeinsames Geschenke packen	19.00 Uhr Kreis der Magie - schamanische Krafttierreise - Erlebe und erkenne deine Kraft (keine Vorkenntnisse erforderlich)	16.00-19.00 Uhr Märchenhaftes Yin Yoga - 180 Minuten Yin Yoga be- gleitet von einer Märchen- erzählerin	im Anschluss gemeinsames Geschenke packen
							
	13,00 €	22,00 €	13,00 €		15,00 €	30,00 €	