

JÄNNER 2025, BAD BLUMAU



# CLASS SCHEDULE

ALLE EINHEITEN FINDEN IM YOGARAUM "WELTENKLANG  
ZENDO" STATT. AUSNAHME: MEDITATION AM SAMSTAG.  
MEHR DETAILS FINDEST DU AUF DEN NÄCHSTEN SEITEN.

WIR FREUEN UNS AUF EIN ENTSPANNTES WOCHENENDE! :)  
NAMASTE,

*Corinna & Michael*

# UHRZEITEN & AKTIVITÄTEN

FREITAG 24.1.

VON DER BEWEGUNG IN DIE RUHE KOMMEN.

- 14:45 Uhr
  - *Treffpunkt Rezeption Therme*
- 15:00 bis 18:30 Uhr
  - *Meditation "Ankommen"*
  - *Yoga*
  - *Willkommensrunde & Ritual*
- 19:00 Uhr
  - *Abendessen*
- 20:30 bis 21:30 Uhr
  - *Tag ausklingen lassen*
  - *Klang- & Entspannungsreise*

SAMSTAG 25.1.

DIE INNERE QUELLE DER KRAFT FINDEN.

- 07:00 bis 09:00 Uhr
  - *Meditation*
  - *Yoga*
- 09:30 Uhr
  - *Brunch*
- 14:00 bis 14:30 Uhr
  - *Meditation im Biosanarium*
- 16:00 Uhr
  - *intuitives Bewegen & Reflexion*
  - *Yoga*
- 19:00 Uhr
  - *Abendessen*
- 21:00 Uhr
  - *gemeinsames Mantrasingen*

# UHRZEITEN & AKTIVITÄTEN

SONNTAG 26.1.

DIE ENERGIE IN DEN ALLTAG MITNEHMEN.

07:00 bis 09:30 Uhr

- *Yoga & Meditation*
- *gemeinsame Abschlussrunde*

09:30 Uhr

- *Abschiedsbrunch*

BITTE ZU ALLEN EINHEITEN EUER JOURNAL MITBRINGEN.  
BRUNCH UND ABENDESSEN IM RESTAURANT "LEBENSFROH"

“

Alles bewegt sich fort  
und nichts bleibt.

Heraklit



