

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG/SONNTAG
<i>ygia</i>	10:15 -11:30 Uhr Kundalini Yoga Dynamisch und meditativ zugleich Birgit Hoffend >		09:00 –10:15 Uhr Feldenkrais/ATM* Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung Ulrike Duttenhofer >	09:00 –10:15 Uhr Feldenkrais/ATM* Kurs in Planung Ulrike Duttenhofer >	
16:00 -17:00 Uhr Klangmeditation Ruhe finden und Selbstheilungskräfte aktivieren Sigrid Frickinger >		<i>bewegung</i>			
	17:00 -17:45 Uhr Progressive Muskel- entspannung Nach dem Anspannen kommt das Entspannen Birgit Hoffend >		<i>gesundheit</i>		Workshops, Seminare, Vorträge... <i>Aktuelle Termine siehe:</i> Workshop & Kalender >
18:15 –19:30 Uhr Feldenkrais/ATM* Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung Ulrike Duttenhofer >	18:00 –19:15 Uhr Yin Yoga Loslassen und Abschalten Birgit Hoffend >	18:00 –19:00 Uhr Feldenkrais/ATM* Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung Ulrike Duttenhofer >	18:00 – 19:15 Uhr Kundalini Yoga Dynamisch und meditativ zugleich Birgit Hoffend >		<i>wohl befinden</i>
	19:45 –21:00 Uhr Yin Yoga Relaxed in den Abend Bea Weng >	19:30 –20:30 Uhr Feldenkrais/ATM* Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung Ulrike Duttenhofer >			