

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG/SONNTAG
<i>ygia</i>	10:15 -11:30 Uhr Kundalini Yoga Dynamisch und meditativ zugleich <a href="#">Birgit Hoffend &gt;</a>		09:00 –10:15 Uhr Feldenkrais/ATM* Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung <a href="#">Ulrike Duttenhofer &gt;</a>	09:00 –10:15 Uhr Feldenkrais/ATM* Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung <a href="#">Ulrike Duttenhofer &gt;</a>	
16:00 -17:00 Uhr Klangmeditation Ruhe finden und Selbstheilungskräfte aktivieren <a href="#">Sigrid Frickinger &gt;</a>		<i>bewegung</i>	14:30 –17:00 Uhr MBCT - Mindful based cognitive therapy Achtsamkeit zur Rückfallprophylaxe <a href="#">Jutta Muttenhammer&gt;</a>		
	17:00 -17:45 Uhr Progrssive Muskel- entspannung Nach dem Anspannen kommt das Entspannen <a href="#">Birgit Hoffend &gt;</a>		<i>gesundheit</i>		Workshops, Seminare, Vorträge...  <i>Aktuelle Termine siehe:</i> <a href="#">Workshop &amp; Kalender &gt;</a>
18:00 –19:15 Uhr Feldenkrais/ATM* nur Online Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung <a href="#">Ulrike Duttenhofer &gt;</a>	18:00 –19:15 Uhr Yin Yoga Loslassen und Abschalten <a href="#">Birgit Hoffend &gt;</a>	18:00 –19:00 Uhr Feldenkrais/ATM* Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung <a href="#">Ulrike Duttenhofer &gt;</a>	18:00 – 19:15 Uhr Kundalini Yoga Dynamisch und meditativ zugleich <a href="#">Birgit Hoffend &gt;</a>		<i>wohl befinden</i>
19:45 – 21:00 Uhr Vinyasa Flow Langsam fließende Bewegungen <a href="#">Tanja Hirt&gt;</a>	19:45 –21:00 Uhr Yin Yoga Relaxed in den Abend <a href="#">Bea Weng &gt;</a>	19:30 –20:30 Uhr Feldenkrais/ATM* Sanfte Bewegung, Koordination, Entspannung <a href="#">Ulrike Duttenhofer &gt;</a>			