



WILD NAYA & HOLISTIC SOUND & MOVEMENT PROGRAMM

Mo

10:00 - 11:30
SACRED WOMEN
DANCE & YOGA
für Frauen
mit Bernadette

16:30 - 17:45
Anfänger
Yogaeinheit
mit Bernadette

18:00 - 19:15
WILD NAYA
YOGA & LIVE HANDPAN
MUSIK
mit Bernadette & Canny

Di

18:00 - 19:15
WILD NAYA &
SELF CARE YOGA
für Frauen
mit Bernadette

Mi

10:00 - 11:30
SACRED WOMEN
DANCE & YOGA
für Frauen
mit Bernadette

16:30 - 17:30
PILATES
mit Sigrun

18:00 - 19:15
BODY & SOUL
FLOW
mit Julie

19:30 - 20:30
RESET & RESTORE
Für dein NERVENSYSTEM
mit Julie

Do

18:00 - 19:15
WILD NAYA &
SELF CARE YOGA
für Frauen
mit Bernadette

19:30 - 21:00
NAYA YOGA &
DANCE
mit Bernadette

Fr

10:00-11:15
GENTLE MORNING
FLOW &
ATEMPRAXIS
2x im Monat

18:00 - 20:00
1x im Monat
HANDPAN CIRCLE
mit Canny/

HEILSAMES
RAHMENTROMMELN
mit Bernadette

Sa

1x im Monat
SUNRISE MEDITATION
& ATEMPRAXIS
mit LIVE MUSIK
09:00-10:15

YOGA AM SUP
STANDUPPADDLE mit
JULIE, BERNADETTE
Daten online!

So

1x
MONAT
WILD NAYA YOGA
10:00-11:30

Kursstart: Jeder Zeit möglich einzusteigen!
Julie ab 2. September
Sigrun ab 2. September
Bernadette ab 20. Juli
Schnuppereinheit jederzeit möglich (10-15€)