

Yoga Frühling



Einheiten im Hotel Alpenblick

- Samstag 25.05.24
20.00-21.30 **Tanz und Meditation.** Claudia & Susi: Himmel und Erde
- Sonntag 26.06.24
10.00-10.30 **Meditation und Tanz:** 4 Elementen: Feuer- Erde – Wasser – Luft in Dir spüren und Erforschen
- Montag 27.06.24
20.15-21.00 **Rückengymnastik**
- Dienstag 28.05.24
20.00-21.30 **Harmony Dance/** Mit Wurzeln in die Kraft, mit Flügeln in die Freiheit
- Mittwoch 29.05.24
7.30-8.30 **Morgenmeditation**
- Donnerstag 30.05.24
20.00-21.30 **Klangreise-** Klang erleben- mit allen Sinnen
- Freitag 31.05.24
7.30-8.00 **Sanfte Morgengymnastik**
- Samstag 01.06.24
20.00-21.30 **Meditation & Tanz /** Chakren
- Sonntag 02.06.24
10.00-11.30 **Meditation und Tanz /** „Frühlingserwachen“: erwecke Deine Lebendigkeit.

Bitte um Anmeldung bei info@alpenblick-gastein.at