

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
morgens	09:30 – 10:30 PILATES & YOGA alle Level mit Natalie		08:30 – 09:45 TANZIMPROVISATION Frei Tanzen - frei Denken mit Tina	08:30 – 09:30 EMBODIED YOGA mit Josefine	NEU: 9:00 – 10:00 SHAKE THE DUST 09. Okt., 13. Nov., 04. Dez. mit Julia	4x/Jahr 09:30 – 11:45 WORKSHOP 7-10 J. ELTERN-KIND-YOGA mit Maria	Event 1.11.26: 09:30 – 15:45 BODYART DAY RETREAT mit Tanja
			Neu: ab 23. Sept. 10:00 – 11:00 TANZIMPRO 65+ Frei Tanzen - frei Denken mit Tina		NEU: 09:30 – 11:00 MÜTTER IN VERBINDUNG 30. Okt., 27. Nov. 1x monatlich mit Caro	Kurs 2x im Monat: 10:00 – 12:00 REIKI & YIN YOGA mit Sylvie & Regina	4x/Jahr: 14:30 – 16:45 WORKSHOP 4-6 J. ELTERN-KIND-YOGA mit Maria
			NEUER KURS ab 9. Sept.: 11:30 – 12:30 BABYS IN BEWEGUNG mit Samira	15:30 – 16:15 BEWEGTES ENTSPANNEN - YOGA KITA-KINDER mit Marion	10:00 – 11:30 HATHA YOGA (traumasensibel) 1x monatlich mit Katja	12.09.26: 10:00 – 14:00 WALD & WETTER, KOMPASS & KARTE mit Sarah	
		Neu: 17:00 – 18:00 PILATES für SCHWANGERE mit Lisa		16:30 – 17:15 BEWEGTES ENTSPANNEN - YOGA GS-KINDER mit Marion	NEU ab Oktober 17:00 – 18:00 BODYART mit Tanja	WE-Kurse 2026/2027 HYPNOBIRTHING, ganzheitliche Geb.- Vorbereitung Paare mit Diana	NEU: WORKSHOPS KRÄUTERWISSEN FÜR FRAUEN Perimenopause & Ozempic Kräuter mit Jules Sentman
abends		18:30 – 19:45 5 Elemente HATHA YOGA mit Jule	18:00 – 19:00 PILATES & YOGA alle Level mit Natalie		18:15 – 19:30 14-tägig: Wim Hof Methode ATEMKLASSE mit Elmar	NEU: FR-SO buchbar: Kindergeburtstag Yoga & Kreativpaket mit Maria	
		20:00 – 21:15 TANZIMPROVISATION Frei Tanzen - frei Denken mit Tina	19:30 – 20:30 PILATES mit Eva	19:30 – 20:45 SOMATISCHES YIN YOGA mit Regina		**DEIN EVENT** Wir feiern Dich!! Melde Dich bei uns und wir stellen dir dein ganz persönliches Event zusammen 🐾	Event: 06. Dez. 26 19:00 – 21:00 CHANTING CIRCLE mit Jeanette

MEHR INFORMATIONEN UNTER WWW.STELZENHAUS-KA.DE