

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
morgens	09:30 – 10:30 PILATES & YOGA alle Level mit Natalie	NEU: 6x ab 24.02.26: 08:00 – 09:15 Somatisches Yoga mit Salome	NEU: Ab 4. März: 09:00 – 10:15 TANZIMPROVISATION Frei Tanzen - frei Denken mit Tina	NEU: 11:00 – 12:00 Somatic Body-& Breathwork mit Ilona		4x/Jahr 21.03.26: 09:30 – 11:45 WORKSHOP 7-10 J. ELTERN-KIND-YOGA mit Maria	Termine folgen ...01.11.26: 09:30 – 15:45 BODYART DAY RETREAT mit Tanja
	10:45 – 11:45 MAMA-BABY-YOGA mit Maria		NEU: Ab 4. März: 10:30 – 11:30 BABYS IN BEWEGUNG 1 mit Samira		10:00 – 11:30 HATHA YOGA (traumasensibel) 1x monatlich mit Katja	Kurs monatlich: 10:00 – 12:00 REIKI & YIN YOGA mit Sylvie & Regina	4x/Jahr 15.03.26: 14:30 – 16:45 WORKSHOP 4-6 J. ELTERN-KIND-YOGA mit Maria
	ab 11:45 - 12:30 MAMA-BABY-Café kostenfrei mit Maria		NEU: Ab 4. März: 11:30 - 12:30 BABYS IN BEWEGUNG 2 mit Samira	15:30 – 16:15 BEWEGTES ENTSPANNEN - YOGA KITA-KINDER mit Marion		NEU 07.03. + 12.09.: 10:00 – 14:00 WALD & WETTER, KOMPASS & KARTE mit Sarah	NEU: FR-SO buchbar: Kindergeburtstag Yoga & Kreativpaket mit Maria
				Ab 5. März wieder: 16:30 – 17:15 BEWEGTES ENTSPANNEN - YOGA GS-KINDER mit Marion		Event 11.04.26: 10:00 – 13:00 KIBOGA mit Salome	Event 08.03.26: 10:00 – 12:00 Frauenretreat RISE & SHINE mit Ilona
abends	Neu ab 2. März: 18:00 – 21:00 HYPNOBIRTHING Ganzheitliche Geburtsvorbereitung mit Diana	18:30 – 19:45 5 Elemente HATHA YOGA mit Jule	18:00 – 19:00 PILATES & YOGA alle Level mit Natalie	NEU: 17:45 – 19:00 PRECISION & FLOW YOGA mit Eva	18:00 – 19:15 14-tägig: Wim Hof Methode ATEMKLASSE mit Elmar	Event 14.03.26: 18:30 – 21:30 Reisebericht Süd- afrika & GEOMANTIE mit Corinna	Event 08.03.26: 17:00 – 18:30 Loslassen in bewegten Zeiten - RELEASING mit Angela & Sarah
	In Planung: KK-zert. Geburtsvorbereitung & Rückbildung mit Nina	NEU: Ab 3. März: 20:00 – 21:15 TANZIMPROVISATION Frei Tanzen - frei Denken mit Tina	NEU: Ab 4. März: 19:30 – 20:30 PILATES mit Eva	19:30 – 20:45 SOMATISCHES YIN YOGA mit Regina	NEU: 1x mtl. Start 27.2.: Workshop Fr. – So. Gemeinsam Fasten erleben mit Heike & Julia	Event monatlich, 07.03.: 18:00 – 20:00 Ecstatic Dance & Kakao mit Ilona	Kurs monatlich ab 03.05.: 18:00 – 21:00 REIKI & YIN YOGA mit Sylvie & Regina