

Änderungen vorbehalten, bitte vorher anmelden: 04863 / 7040
 Mindestteilnehmerzahl = 2, Hotelgäste: eine Kurskarte 18 EUR,
 Tagesflatrate 32 EUR;
 externe Gäste: eine Kurskarte 20 EUR, 5er Karten 85 EUR
 (übertragbar und unendlich gültig)

Level 0: für alle geeignet
 Level 0 -1 : Für Anfänger mit Kraft geeignet
 Level 1-2 : Fortgeschrittene und kraftvolle
 Anfänger

DAS KUBATZKI - AKTUELLER KURSPLAN



	15.10.2020 DONNERSTAG		16.10.2020 FREITAG		17.10.2020 SAMSTAG		18.10.2020 SONNTAG	
	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW
7.00 - 8.30	RETREAT		07.00 - 08.15h RETREAT		07.00 - 08.15h RETREAT	be gentle mit Ilona Level 0-1	07.00 - 08.45h RETREAT	
8.45 - 10.15	open your heart mit Dana Level 0-1		be movable mit Dörte Level 1-2		go with the flow mit Bettina Level 1-2		9.00 - 10.30 be light mit Meike Level 1-2	
10.30 - 12.00	be aware mit Dörte Level 1-2		10.30 - 11.15h RETREAT		10.30 - 11.15h RETREAT		10.45 - 12.30h RETREAT	
13.00 - 14.30			RETREAT		RETREAT			
15.00 - 16.30	15.30 - 19.15 RETREAT	15.30 - 16.30 AKTIVE MEDITATION mit Isabella Level 0	be gentle mit Dörte Level 0-1		be strong mit Dörte Level 0-1			
16.45 - 18.15		be gentle mit Bettina Level 0-1	16.45 - 19.00 RETREAT		16.45 - 19.00 RETREAT		RETREAT	
18.30 - 20.00		to feel mit Dörte Level 1-2					be arrived mit Malvine Level 0-1	
20.15 - 21.45	Mrs Moon mit Bettina Level 0		19.30 - 21.00 bedtime Yoga mit Bettina Level 0		19.30 - 21.00 YIN YOGA mit Dörte Level 0		Optionskurs be arrived mit Malvine Level 0	

Änderungen vorbehalten, bitte vorher anmelden: 04863 / 7040
 Mindestteilnehmerzahl = 2, Hotelgäste: eine Kurskarte 18 EUR,
 Tagesflatrate 32 EUR;
 externe Gäste: eine Kurskarte 20 EUR, 5er Karten 85 EUR
 (übertragbar und unendlich gültig)

Level 0: für alle geeignet
 Level 0 -1 : Für Anfänger mit Kraft geeignet
 Level 1-2 : Fortgeschrittene und kraftvolle
 Anfänger

DAS KUBATZKI - AKTUELLER KURSPLAN



	19.10.2020 MONTAG		20.10.2020 DIENSTAG		21.10.2020 MITTWOCH		22.10.2020 DONNERSTAG	
	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW
7.00 - 8.30	open your heart mit Meike Level 0-1		around your spine mit Meike Level 1-2		be yourself mit Meike Level 0-1		be strong mit Malvine Level 0-1	
8.45 - 10.15	RETREAT		RETREAT		RETREAT		RETREAT	
10.30 - 12.00	be the change mit Mika Level 1-2		be gentle mit Dörte Level 0-1	Yoga für Ältere mit Ange Level 0	surrender mit Dörte Level 1-2		be centered mit Ilona Level 0-1	
15.00 - 16.30	slow flow mit Malvine Level 1-2		be strong mit Malvine Level 0-1		15.00-16.00 aktive Meditation mit Isabella Level 0		be balanced mit Dana Level 0	
16.45 - 18.15	RETREAT		RETREAT		RETREAT		RETREAT	
18.30 - 20.00	Mrs Moon mit Mika Level 0		bedtime Yoga mit Malvine Level 0		YIN YOGA mit Dörte Level 0		long, slow, deep mit Malvine Level 1-2	
20.15 - 21.45					restorative mit Malvine Level 0-1			