


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



	10.09.2020		11.09.2020		12.09.2020		13.09.2020	
	DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG	
	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW
7.00 - 8.30	be trusty mit Dörte Level 0-1		be gentle mit Dana Level 0-1		be light mit Ilona Level 0-1		be calm mit Franziska Level 0-1	
8.45 - 10.15	RETREAT		calm the monkey mit Dana Level 1-2		be water my friend mit Franziska Level 1-2		be strong mit Meike Level 1-2	
10.30 - 12.00	be strong mit Ilona Level 1-2				be a warrior... mit Mika Level 1-2		breathe, feel and connect mit Isabella Level 0-1	
15.00 - 16.30	happy hips mit Mika Level 1-2						RETREAT	
16.45 - 18.15			be the change mit Franziska Level 1-2				RETREAT	
18.30 - 20.00	breathe, feel and connect mit Franziska Level 0		Meridian Dehnungen mit Hauke Level 0-1		Master of Calm mit Isabella Level 0-1		stretch and relax mit Dana Level 0-1	
20.15 - 21.45	optional: Yin Yoga mit Dörte Level 0		Master of Calm mit Franziska Level 0		Master of Calm mit Franziska Level 0		optional: Yin Yoga mit Franziska 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

	14.09.2020		15.09.2020		16.09.2020		17.09.2020	
	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG	
	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW
7.00 - 8.30	RETREAT	<u>OPTIONAL:</u> be water my friend mit Meike Level 1-2	RETREAT	be light mit Meike Level 0-1	RETREAT		RETREAT	
8.45 - 10.15	be water my friend mit Meike Level 1-2		be light mit Dörte Level 1-2		be strong mit Meike Level 1-2		sunrise yoga mit Monica Level 1-2	
10.30 - 12.00	RETREAT		RETREAT	Yoga für Ältere mit Ange Level 0	RETREAT		RETREAT	
15.00 - 16.30	RETREAT	happy hips mit Mika Level 1-2	RETREAT	be balanced mit Mika Level 1-2	RETREAT		RETREAT	
16.45 - 18.15	RETREAT		RETREAT		RETREAT		RETREAT	
18.30 - 20.00	breathe, feel and connect mit Franziska Level 0		Mrs. Moon mit Dörte Level 0-1		stretch and relax mit Monica Level 0-1		Yin to bed mit Monica Level 0	
20.15 - 21.45	<u>optional:</u> Yin Yoga mit Franziska Level 0				<u>OPTIONAL</u> Yin Yoga mit Dörte Level 0	