


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

	17.09.2020		18.09.2020		19.09.2020		20.09.2020	
	DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG	
	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW
7.00 - 8.30	RETREAT		RETREAT	be trusty mit Dana Level 0-1	RETREAT	be light mit Ilona Level 0-1	RETREAT	
8.45 - 10.15	sunrise yoga mit Monica Level 1-2		be balanced mit Mika Level 1-2		be light mit Dörte Level 1-2		sunday morning mit Monica Level 1-2	
10.30 - 12.00	RETREAT		RETREAT		RETREAT		RETREAT	
15.00 - 16.30	RETREAT		RETREAT	be the change mit Mika Level 0-1	RETREAT			
16.45 - 18.15	RETREAT		RETREAT		RETREAT		RETREAT	
18.30 - 20.00	Yin to bed mit Monica Level 0		happy hips mit Monica Level 1-2		strong core mit Monica Level 1-2		Mrs. Moon mit Dana Level 0-1	
20.15 - 21.45			Yin to bed mit Monica Level 0		Yin, pranayama & meditation mit Monica Level 0		optional Mrs. Moon mit Dana Level 0-1	

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

	21.09.2020		22.09.2020		23.09.2020		24.09.2020	
	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG	
	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW	LOVE	NOW
7.00 - 8.30	be light mit Imme Level 1-2		be calm mit Imme Level 0-1				shine! mit Imme Level 1-2	
8.45 - 10.15	RETREAT		RETREAT	shine! mit Dörte Level 1-2	be strong mit Imme Level 1-2		RETREAT	open your heart mit Ilona Level 0-1
10.30 - 12.00	be trusty mit Dana Level 0-1		Calm the monkey mit Dana Level 1-2	Yoga für Ältere mit Ange Level 0	gentle yoga & meditation mit Ange Level 0-1		happy hips mit Ange Level 0-1	
15.00 - 16.30			Faszienyoga mit Mika Level 1-2		OPTIONAL: 12.30 - 14.00 RETREAT			
16.45 - 18.15	RETREAT		RETREAT		be a warrior mit Imme Level 1-2		16.15 - 18.15 RETREAT	Faszienyoga mit Mika Level 0-1
18.30 - 20.00	Yin Yoga mit Dörte Level 0		stretch and relax mit Ilona Level 0-1		RETREAT		Calm the monkey mit Mika Level 1-2	
20.15 - 21.45	Master of Calm mit Imme Level 0		Yin to bed mit Imme Level 0		Mrs. Moon mit Imme Level 0	