

Änderungen vorbehalten, bitte vorher anmelden: 04863 / 7040
 Mindestteilnehmerzahl = 2 Hotelgäste
 Preise für Hotelgäste: eine Klasse 18 EUR; Yoga-Urlaubsfltrate
 (nur vorab buchbar, für den gesamten Aufenthalt)
 für externe Gäste: eine Klasse 20 EUR, 5er Karte 85 EUR

Level 0: sanft
 Level 0-1: ausgeglichen kraftvoll
 Level 1-2: anspruchsvoll



DAS KUBATZKI - AKTUELLER KURSPLAN

MONTAG, 21.11.2022		DIENSTAG, 22.11.2022		MITTWOCH, 23.11.2022		DONNERSTAG, 24.11.2022	
ZEIT	LOVE	ZEIT	LOVE	ZEIT	LOVE	ZEIT	LOVE
7.00-8.30	wake up and :-) mit Anne Level 1-2	7.00-8.30	circle of life mit Niklas Level 0-1	7.00-8.30	sweat & release mit Christine Level 0-1	7.00-8.30	around your spine mit Anne Level 0-1
8.45 - 10.15	RETREAT ANJA	8.45 - 10.15	RETREAT ANJA	8.45 - 10.15	RETREAT ANJA	8.45 - 10.15	RETREAT ANJA
10.30-12.00	Breathwork mit Niklas Level 0-1			10.30-12.00	flow & glow mit Ilona Level 1-2	10.30-12.30	Breathwork mit Niklas Level 0
16.45-18.15	RETREAT ANJA	16.45-18.15	RETREAT ANJA	16.45-18.15	RETREAT ANJA	16.00-17.30	twist it baby mit Dörte Level 1-2
18.30-20.00	calm your monkey mit Dörte Level 1-2	19.00-20.30	happy hips mit Anne Level 0-1	20.00 - 22.00	großes SPECIAL YIN UND KLANG	18.00	RETREAT LEA
20.30-22.00	Yin Yoga mit Dörte Level 0				alle Tarife +13 EUR mit Niklas Level 0	20.30-22.00	Yin Yoga mit Anne Level 0

Änderungen vorbehalten, bitte vorher anmelden: 04863 / 7040
 Mindestteilnehmerzahl = 2 Hotelgäste
 Preise für Hotelgäste: eine Klasse 18 EUR; Yoga-Urlaubsflatrate
 (nur vorab buchbar, für den gesamten Aufenthalt)
 für externe Gäste: eine Klasse 20 EUR, 5er Karte 85 EUR

Level 0: sanft
 Level 0-1: ausgeglichen kraftvoll
 Level 1-2: anspruchsvoll



DAS KUBATZKI - AKTUELLER KURSPLAN

FREITAG, 25.11.2022		SAMSTAG, 26.11.2022		SONNTAG, 27.11.2022		MONTAG, 28.11.2022	
ZEIT	LOVE	ZEIT	LOVE	ZEIT	LOVE	ZEIT	LOVE
8.45	RETREAT LEA	7.00-8.30	be strong mit Ilona Level 0-1	7.00-8.30	be centered mit Dörte Level 1-2	7.30-9.00	go with the flow mit Anne Level 1-2
10.30-12.00	be yourself mit Ilona Level 0-1	8.45	RETREAT LEA	8.45	RETREAT LEA	9.30 - 11.00	peaceful morning mit Ange Level 0-1
12.15	RETREAT LEA	10.30-12.00	be you mit Ange Level 0-1	11.30	RETREAT LEA		
14.30 - 16.00	be movable mit Lisann*L Level 0-1	12.15	RETREAT LEA				
16.15	RETREAT LEA	16.15	RETREAT LEA			16.30-18.00	happy hips mit Dörte Level 1-2
18.30-20.00	be mindful mit Dörte Level 1-2	19.00-20.30	power up and slow down mit Anne Level 0-1	18.00-19.30	long-slow-deep mit Anne Level 0-1	18.30-20.00	around your spine mit Imme Level 0
20.30-22.00	Mrs Moon mit Anne Level 0		*L- Lehrerin in Ausbildung (15 EUR alle Tarife)				