

Yogaherbst Gastein

Quelle der Inspiration

20.–29. Oktober 2017

Sonntag, 22. Oktober 2017

07:30-09:00	Kundalini Yoga (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Johma
07:45-09:15	Yoga für die Klarheit Fokus: Drehungen (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Hatha-Yoga für AnfängerInnen (A)	Der Salzburgerhof	Sibylle Lainer
08:00-09:00	Vinyasa Yoga - Mit dem Atem fließen (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
08:00-09:00	Yoga für Kletterer - Warm Up & Cool Down (A)	Hotel Österreichischer Hof	Anna Kathalina Langer
08:00-09:30	Mit Yoga den Körper winterfit machen (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
08:30-09:30	Yoga für den Rücken(A)	Cesta Grand Hotel	Verena Lainer
08:30-10:00	Atem & Bewegung in einem gemeinsamen Flow (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Udesha Andrea Kubesch
08:30-10:00	Moksha-Yoga mit Kraft & Balance in den Tag (A)	Hotel Alpenblick	Daniela Ekl
08:40-09:40	Sessel-Yoga - Ausgleich für sitzende Tätigkeiten (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Karin Perkmann
09:00-10:30	Partner-Yoga - Yoga for Two (A) <i>(bei Schlechtwetter Grand Hotel de l'Europe Bad Gastein)</i>	Yoga Plattform Bad Gastein (Schönwetter)	Julia Schweiger
10:30-13:15	Innere Einkehr und Meditationen entlang der einzigartigen Kraftplätze am Berg (A) Treffpunkt: 10:15 Uhr Talstation Fulseckbahn Seilbahnticket extra Anmeldung TVB Dorfgastein <i>Sie brauchen: Sportschuhe, Wasserflasche, Regenschutz</i>	Fulseck Dorfgastein	Anke Kranabetter
14:00-15:00	Yoga für Kinder und Eltern (A)	Wiener Saal Grand Hotel de l'Europe Bad Gastein	Julia Schweiger
14:00-15:30	Aerial Yoga (A)	Hotel Miramonte	Malu
15:00-16:00	Klangreise „Farben des Herbstes“ (A)	Hotel Astoria Garden	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
15:00-16:30	Yoga Walking (A) Treffpunkt: 14:45 Uhr Gemeindeamt Dorfgastein (Dorfstr. 35) Anmeldung TVB Dorfgastein <i>(leichte Sportschuhe - ebener Weg, kein Höhenunterschied)</i>	entlang der „Alten Straße“ in Dorfgastein	Anke Kranabetter
15:00-16:30	Tanz Soul Motion® (A)	Impuls Hotel Tirol	Martin von Rütte
16:30-18:00	Yoga zur Verbesserung der Haltung (A)	Verwöhhotel Bismarck	Karin Ratte
16:30-18:00	Yoga für gesunde, mobile Gelenke (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
16:30-18:00	Yoga aus der kraftvollen inneren Mitte (A)	Hotel Völserhof	Udesha Andrea Kubesch
16:30-18:00	Mantra-Singen mit Live-Musik (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Johma
16:30-18:00	Gentle Flow: Sanft in den Abend gleiten (A-F)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Daniela Ekl
17:00-18:00	Yin Yoga nach dem Wandern (A)	Hotel Norica Therme	Anna Kathalina Langer
17:00-18:00	Tiefe Atmung – gesunder Rücken (A)	Hotel Astoria Garden	Verena Lainer
17:00-18:30	Yoga für mehr Lebensfreude (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
17:00-18:30	Aerial Yoga (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
17:00-18:30	BodyVoicing - Gib dem Körper eine Stimme (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Martin von Rütte
17:30-19:00	Yoga für die Stabilität Fokus: Standhaltungen & hüftöffnende Asanas (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
19:00-20:30	Bewusster Tanz (Conscious Dance) inspiriert durch 5 Rhythmen (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Martin von Rütte
20:00-21:00	Klangreise „Der Bergkristall“ (A)	Hotel Völserhof	Ulrike Schülke & Jochen Enderle