

Yogaherbst Gastein

Quelle der Inspiration

20.–29. Oktober 2017

Sonntag, 29. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
07:30-08:00	Pranayama & Meditation (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
07:45-09:15	Yoga zum Ausgleich der 7 Hauptchakras (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Belebende Yogaeinheit 4. Chakra - Herz/Atmung (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
08:00-09:00	Yoga für Bauch & Rücken (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
08:00-09:30	Yang Yoga: Kraft aus der Mitte (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
08:30-10:00	Rise & Shine - Starte den Tag mit Yoga (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Verena Lainer
08:30-10:00	Yin Yoga Öffnung der Faszien, Dehnung der Muskeln (A)	Hotel Alpenblick	Birgit Brandstetter
09:00-10:30	Schultern & Nacken – Gesund und frei durch Yoga (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
09:00-10:30	Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik®, Wake up and Play (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
11:00-12:30	Mantren, Live-Musik & Ausklang Yogaherbst Gastein „Quelle der Inspiration“ Klinikum mit der Buslinie 550 erreichbar	Klinikum, Hans Kudlich-Str. 14, Bad Gastein	Jochen & Ulrike (Musik, Klang), Christine Ranzinger (Mantren)

A = Yoga für alle Level, F = Yoga für Fortgeschrittene, TVB = Tourismusverband

Die hellblau markierten Zeilen weisen die öffentlichen Einheiten aus.
Sie können von allen Interessierten besucht werden.

Bei Hotel-Einheiten haben die jeweiligen Hotelgäste vorrangig Zugang. Rechtzeitige Anmeldung wird empfohlen.

