

Wochenprogramm

Yoga – Ferienwoche Tirol 18. - 25. April 2020 Hotel Johannis



Datum	Zeit	Gemeinsamkeiten
Samstag 18. April	16.30h 17.00 – 18.30	Treffen im Yogaraum / Begrüssung Yogalektion
Sonntag 19. April	7.30 – 9.00 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Yoga / Meditation
Montag 20. April	7.30 – 9.00 11.00 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Wanderung nach Lust und Laune Yoga / Meditation
Dienstag 21. April	7.30 – 9.00 10.30 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Wanderung Waalwege Yoga / Meditation
Mittwoch 22. April	7.30 – 9.00 10.30 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Wanderung / Ausflüge Yoga / Meditation
Donnerstag 23. April	7.30 – 9.00 11.00 17.00 – 18.00	Yoga / Meditation Wanderung Waalwege Yoga / Meditation
Freitag 24. April	7.30 – 8.30 10.00 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Wochenmarkt in Meran mit Sessellift Yoga / Meditation
Samstag 25. April	7.30 – 9.15	Yoga Abschlussrunde/ Kursende

Yogamatten bitte eigene mitbringen

Alle Aktivitäten sind selbstverständlich freiwillig mitzumachen und werden ganz nach Wetter und Bedürfnissen geändert und angepasst.

Das Frühstück und das Nachtessen geniessen wir jeweils gemeinsam.
Frühstück um 9 Uhr, Nachtessen um 18.45 Uhr

ich freue mich wieder sehr auf die gemeinsamen Tage, im schönen und blühenden Südtirol
herzlichst Renate