

# Wochenprogramm

## Yoga – Ferienwoche Tirol 17. - 24. April 2021 Hotel Johannis



Datum	Zeit	Gemeinsamkeiten
Samstag 17. April	16.30h 17.00 – 18.30	Treffen im Yogaraum / Begrüssung Yogalektion
Sonntag 18. April	7.30 – 9.00 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Yoga / Meditation
Montag 19. April	7.30 – 9.00 11.00 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Wanderung nach Lust und Laune Yoga / Meditation
Dienstag 20. April	7.30 – 9.00 10.30 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Wanderung Waalwege Yoga / Meditation
Mittwoch 21. April	7.30 – 9.00 10.30 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Wanderung / Ausflüge Yoga / Meditation
Donnerstag 22. April	7.30 – 9.00 11.00 17.00 – 18.00	Yoga / Meditation Wanderung Waalwege Yoga / Meditation
Freitag 23. April	7.30 – 8.30 10.00 17.00 – 18.30	Yoga / Meditation Wochenmarkt in Meran mit Sessellift Yoga / Meditation
Samstag 24. 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