



# Seelen-Raum Kursplan

## Montag

10.00-11.15 Uhr 

**Klangmeditation &  
Yoga**

Julia

12.00-14.00 Uhr 

**1:1 Klang und  
Bodyworks Sessions**

Julia

18.30-19.30 Uhr 

**InnerSound  
Klangraum**

Jens

20.0-21.00 Uhr 

**Mama-Auszeit**

Heike

## Dienstag

17.00-18.15 Uhr 

**Hatha Yoga**

Tom

18.30-20.00 Uhr 

**Yin Yoga**

Regula

## Mittwoch

10.00-12.00 Uhr

**Atemreise:  
„Letting go“**

Tobias

18.00-19.15 Uhr  
**Kreatives Loslassen**

Phine

19.30-20.45 Uhr 

**Hormon-Yoga**

Alexandra

## Donnerstag

16.45-18.00 Uhr 

**Hatha-Vinyasa Yoga**

Alexandra

18.15-19.15 Uhr 

**Pilates**

Stephanie

## Freitag