

Aktuelle Kurstermine

Januar - März 2025

			Workshops / Events am Wochenende		
AERIAL YOGA Mix Fly High 20,- € / Einheit Montag	POWER AUS DER MITTE Wirbelsäulengymnastik 15,- € / Einheit Dienstag	 M I T T W O C H T A G	KUNDALINI YOGA Ankommen bei Dir selbst 16,- € / Einheit Donnerstag	Liegen & Lauschen Aerial Deep Yin Yoga Stimmworkshop Judith Freitag	MantraAbend InSense DayRetreat Alex ´Breathwork Samstag/Sonntag
AERIAL YOGA Mix 18:30 - 20:00 Uhr Open Class 06.01. 13.01. 20.01. 27.01. 03.02. 10.02. 17.02. 24.02. 03.03. 10.03.	POWER AUS DER MITTE 18:15 - 19:30 Uhr 07.01. 14.01. 21.01. 28.01. 04.02. 11.02. 18.02. 25.02. 04.03. 11.03.	KUNDALINI YOGA 9:30 - 11:00 Uhr 19:00 - 20:30 Uhr 08.01. 15.01. 22.01. 29.01. 05.02. 12.02. 19.02. 26.02. 05.03. 12.03.	KUNDALINI YOGA 19:00 - 20:30 Uhr 09.01. 16.01. 23.01. 30.01. 06.02. 13.02. 20.02. 27.02. 06.03. 13.03.	10.01. Liegen&Lauschen 24.01. Stimmworkshop 31.01. Aerial Deep YY 28.02. Aerial Deep YY 14.03. Stimmworkshop	04.01. Alex ´Breathwork 01.02. Alex ´Breathwork 15.02. InSense DayRetreat 02.03. MantraAbend

Neue Kurse ab 18.03.25

TIME OUT ~ Studio für Yoga & Ayurveda ~ Blumenau 10 ~ 63589 Linsengericht - Geislitz ~

Uta Posthum

www.timeout-ayurveda.de