

Kundalini-Yoga



Kundalini-Yoga auf Juist

JU(I)ST BE!

13. - 20.03.2021



Geplantes Programm:

Anreise: 13.03.2021

06.30 - 07.45 Uhr: Fit am Morgen mit Kundalini-Yoga und Meditation

08.00 - 09.00 Uhr: Frühstück

10.00 - 11.30 Uhr: Breathwalk®

12.15 Uhr: Mittagessen

13.00 - 17.00 Uhr: Freie Zeit

17.00 - 18.00 Uhr: Yoga und / oder Meditation / Entspannung / Tagesausklang

19.00 - 20.00 Uhr: Abendessen

Abreise: 20.03.2020