



Yoga in den Vogesen

5.-7. Dezember 2014

Tagesablauf:

Freitag, 5.12.14

16:00 Abfahrt in Freiburg in Sammelaautos
18:00 Ankommen im Haus
18:30 Yogasession
20:00 Abendessen
anschl. gemütlicher Ausklang des Abends

Samstag, 6.12.14

7:00 Tee, Kaffee, Obst
7:30 Yogasession
9:30 Frühstück
Zeit zur freien Verfügung
11:30 Workshop (einzelne Asanas/Yogaphilosophie)
13:00 Mittagessen
Zeit zur freien Verfügung
16:00 Tee, Kaffee, Obst
17:00 Yogasession
20:00 Abendessen
anschl. Yoga film „der atmende Gott“

Sonntag, 7.12.14

7:00 Tee, Kaffee, Obst
7:30 Yogasession
9:30 Frühstück
Zeit zur freien Verfügung
11:30 Workshop (einzelne Asanas/Yogaphilosophie)
13:00 Mittagessen
anschl. Packen, Aufräumen, Heimfahrt

