Haus AnNatur
BIO PENSION & APPARTMENTS

Yoga-Programm Oktober 2026

01.10. 08.00 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
17.00 Uhr Easy Yoga Flow 75 Minuten
02.10. 08.00 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
17.00 Uhr Yang to Yin Yoga 75 Minuten
03.10. 08.00 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
17.00 Uhr Detox Yoga 60 Minuten
04.10. 10.00 Uhr Detox Yoga 60 Minuten
05.10. 09.30 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
17.00 Uhr Yin Yoga 90 Minuten
19.00 Uhr Klangmeditation/Klang & Gong 45 Minuten
06.10. 09.30 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
17.00 Uhr Easy Yoga Flow 75 Minuten
07.10. 09.30 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
17.00 Uhr Yin Yoga 90 Minuten
08.10. 09.30 Uhr Yan to Yin Yoga 75 Minuten
17.00 Uhr Easy Yoga Flow 75 Minuten
09.10. 09.30 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
17.00 Uhr Yin-Yoga 90 Minuten
10.10. 17.00 Uhr Detox Yoga 60 Minuten
12.10. 19.00 Uhr Klangmeditation/Klang & Gong 45 Minuten
13.10. 08.00 Uhr Wake up Rücken Yoga 60 Minuten
14.10. 08.00 Uhr Wake up Rücken Yoga 60 Minuten
15.10. 08.00 Uhr Wake up Rücken Yoga 60 Minuten
16.10. 17.00 Uhr sanfter Rücken-Yoga-Flow 60 Minuten
20.10. 08.00 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
22.10. 11.00 Uhr Wake up Yoga 60 Minuten
26.10. 8.00 Uhr Mindful Walking
28.10. 8.00 Uhr Rückenyoga
28.10. 19.00 Uhr Klangmeditation

Energieausgleich: 60 Minuten 17,50€ | 45 Minuten 15 € | 75 Minuten - 18,50€ | 90 Minuten 20€

Yogaraum Haus AnNatur, Dellerstraße 14

Verbindliche Anmeldung unter: info@annatur.de oder Tel. 01716572700
(Die Kurse eignen sich für Anfänger und Fortgeschrittene. Bei schönem Wetter finden die Kurse auf unserer Gartenplattform oder am Strand statt.)

Haus AnNatur
BIO PENSION & APPARTMENTS