



DIE INNEREN JAHRESZEITEN

Erntezeit

26. September - 3. Oktober 2027 · ONLINE

Deine Woche auf einen Blick

So, 26. September	19:00	Einführung	Fiona und Elina
	20:00 - 20:15	Meditation	Fiona
Mo, 27. September	07:00 - 07:30	Soft Flow Yoga	Fiona
Di, 28. September	19:00	Ernährung & Austausch	Elina
	19:30 - 20:00	Relaxation Yoga & Embodied Stillness	Fiona
Mi, 29. September	07:00 - 07:30	Soft Flow Yoga	Fiona
Do, 30. September	frei	Integrationstag	
Fr, 1. Oktober	19:00 - 19:30	Ernährung & Austausch	Elina
Sa, 2. Oktober	07:00 - 07:30	Soft Flow Yoga	Fiona
So, 3. Oktober	19:00	Abschluss	Fiona und Elina
	19:30 - 20:00	Relaxation Yoga & Embodied Stillness	Fiona

Dazwischen ist Raum für deine eigene Praxis und Integration.

Aufzeichnungen und Materialien stehen im Mitgliederbereich bereit.

Yoga überwiegend Englisch - Ernährung und Selbstwahrnehmung überwiegend Deutsch