



WORKSHOPS JANUAR - JUNI

JANUAR

09.01. - 12.01.	Do-So	Zen-Meditation für Fortgeschrittene	Axel Zeman
16.01. - 19.01.	Do-So	Yoga für einen gesunden Rücken	Angelika Schallerer
30.01. - 02.02.	Do-So	Aerial Yoga	Andrea Weller

FEBRUAR

13.02. - 16.02.	Do-So	Kundalini Yoga "Die Kraft der Erneuerung"	Andrea & André Danke
20.02. - 23.02.	Do-So	Meditation Achtsamkeit	Angelika Schallerer

MÄRZ

05.03. - 08.03.	Do-So	Meditation für Anfänger I	Kim Fleckenstein
12.03. - 15.03.	Do-So	Faszien-Yoga – Elastizität & Beweglichkeit im Körper	Michaela Mayr
19.03. - 22.03.	Do-So	"Speed Relaxing" – Entschleunigung & Balance	Andrea Weller

APRIL

16.04. - 19.04.	Do-So	Qi Gong für einen gesunden Rücken	Alfonso Losa
23.04. - 26.04.	Do-So	Pilates – Stärkung der Körpermitte	Karin Fischer
26.04. - 29.04.	So-Mi	Yoga & Meditation für Einsteiger	Nicola Rohner

MAI

07.05. - 10.05.	Do-So	Daoistische Meditation	Karin Trommsdorff
14.05. - 17.05.	Do-So	Einführung in die Zen-Meditation	Axel Zeman

JUNI

18.06. - 21.06.	Do-So	Heilpflanzen und Wald	Dr. Dagmar Wemmer
25.06. - 28.06.	Do-So	Anusara Yoga	Sabine Willmann
28.06. - 02.07.	So-Do	Yoga-Retreat	Dr. Chetnath Adhikari
28.06. - 05.07.	So-So	Yoga-Retreat	Dr. Chetnath Adhikari

WORKSHOPS JULI - DEZEMBER

JULI

02.07. - 05.07.	Do-So	Yoga-Retreat	Dr. Chetnath Adhikari
02.07. - 05.07.	Do-So	Heilpflanzen und Wald	Dr. Dagmar Wemmer
09.07. - 12.07.	Do-So	Kundalini Yoga "Mindful Leadership"	Andrea & André Danke
23.07. - 26.07.	Do-So	Meditation und Natur erleben	Nicola Rohner

AUGUST

06.08. - 09.08.	Do-So	Zen-Meditation für Fortgeschrittene	Axel Zeman
23.08. - 28.08.	So-Fr	Wanderwoche mit Yoga & Meditation	Angelika Schallerer

SEPTEMBER

03.09. - 06.09.	Do-So	Qi Gong "Die 8 Brokate"	Alfonso Losa
10.09. - 13.09.	Do-So	Kundalini Yoga "Loslassen"	Andrea & André Danke
17.09. - 20.09.	Do-So	Meditation für Anfänger mit Übungen in der Natur	Kim Fleckenstein
24.09. - 27.09.	Do-So	"Speed Relaxing" – Entschleunigung & Balance	Andrea Weller

OKTOBER

15.10. - 18.10.	Do-So	Daoistische Meditation	Karin Trommsdorff
22.10. - 25.10.	Do-So	Inner Balance – Yoga & Meditation	Sabine Willmann

NOVEMBER

12.11. - 15.11.	Do-So	Pilates – Stärkung der Körpermitte	Karin Fischer
19.11. - 22.11.	Do-So	Aerial Yoga	Andrea Weller
26.11. - 29.11.	Do-So	Meditation für Anfänger II	Kim Fleckenstein

DEZEMBER

03.12. - 06.12.	Do-So	Yoga – Recharge your batteries	Nicola Rohner
10.12. - 13.12.	Do-So	Yin Yoga	Michaela Mayr

WORKSHOPS FÜR HUNDEBESITZER mit Trainerin Sylvia Neumaier

29.03. - 01.04. ★ 25.06. - 28.06. ★ 25.10. - 28.10.

Informationen zu den **Workshop-Leitern** sowie die **detaillierten Programminhalte** und die **Preise** finden Sie auf unserer Homepage www.daskranzbach.de.

Für die Teilnahme an unseren Workshops ist eine Anmeldung im Voraus nötig. Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen.

STAMMGÄSTETAGE 2020

FRÜHJAHR

29.03. bis 03.04.20 und
19.04. bis 24.04.20 für Einzelreisende

WINTER

06.12. bis 11.12.20
13.12. bis 18.12.20 für Einzelreisende