Workshops



Das Kranzbach bietet Workshops mit verschiedenen Schwerpunkten an, um Ihnen eine besonders wertvolle Auszeit zu ermöglichen. Über das ganze Jahr hinweg bieten hochkarätige Trainer ein abgestimmtes Programm über mehrere Tage an. Anfänger können sich in ungezwungener Atmosphäre trauen, eine bestimmte Technik auszuprobieren und Fortgeschrittene fühlen sich durch die individuelle Betreuung der Experten angesprochen.

Informationen zu den Workshop-Leitern, Programmablauf und Preise finden Sie auf unserer Homepage **www.daskranzbach.de.**

Für die Teilnahme an unseren Workshops ist eine Anmeldung im Voraus nötig. Gerne nehmen wir Ihre Reservierung entgegen.

JANUAR 21. – 24.01. 24.– 27.01.	Do-So So-Mi	Yoga für einen gesunden Rücken Daoistische Meditation	Angelika Schallerer Karin Trommsdorff
FEBRUAR 04 07.02. 18 21.02.		Inner Balance – Yoga und Meditation Kundalini-Yoga – Gelassenheit	Sabine Willmann Andrea & André Danke
MÄRZ 04 07. 03. 18 21. 03. 25 28.03.	Do-So	Aerial Yoga Meditation Pilates	Andrea Weller Kim Fleckenstein Karin Fischer
APRIL 15 18. 04. 22 25. 04. 29.0402.05.	Do-So	Faszien-Training mit Übungen in der Natur Yin Yang Yoga Bewegung, Entspannung, Balance finden Anti Gravity – Fitness mit Tuch	Birgit Kieven Wendy Wagner Andreas Glowik
MAI 06 09.05. 16 19. 05.		Einführung in die Zen-Meditation Workshop Hundebesitzer »Gelernt ist Gelernt?!«	Axel Zeman Sylvia Neumaier
JUNI 10. – 13. 06. 17. – 20.06.	Do-So Do-So	Kräuterworkshop Genuss-E-Biken – Technik und Praxis »Ladies only«	Susanne Erhart Daniel O. Fikuart
20. – 23.06. 24. – 27.06.	So-Mi Do-So	Genuss-E-Biken – Technik und Praxis für Damen & Herren Chakra Yoga	Daniel O. Fikuart Michaela Mayr
JULI 01 04.07. 15 18.07. 22 25.07.	Do-So	Yoga, Meditation und Atmung Yoga für Schwangere Meditation und Natur erleben	Sonja Luther Sabine Willmann Nicola Rohner
AUGUST 09 12. 08. 29.0803.09.		Zen-Meditation & Naturerfahrung Yoga-Wanderwoche	Dr. Christine Müller Angelika Schallerer
SEPTEMBER 09 12. 09. 16 19. 09. 19 22.09. 23 26.09.	Do-So Do-So So-Mi	Kundalini-Yoga – Mindful Leadership Daoistische Meditation Workshop Hundebesitzer »Fuß? Ein Fremdwort?« Yin Yang Yoga Bewegung, Entspannung, Balance finden	Andrea & André Danke Karin Trommsdorff Sylvia Neumaier Wendy Wagner
OKTOBER 07 10. 10. 14 17. 10. 28 31. 10.	Do-So	Zen-Meditation für Fortgeschrittene Faszien-Training mit Übungen im Wasser Yin Yoga – Meditation und Entspannung	Axel Zeman Birgit Kieven Sonja Luther
NOVEMBER 04 07.11. 11 14.11. 18 21.11.	Do-So Do-So Do-So	Pilates	Andrea Weller Karin Fischer Kim Fleckenstein
DEZEMBER 02 05.12. 09 12. 12. 16 19. 12.	Do-So Do-So Do-So	Hatha Yoga und Artenvielfalt der Meditation	Nicola Rohner Michaela Mayr Andreas Glowik