

Jahresübersicht 2019

WORKSHOPS

im »KRANZBACH«



JANUAR			
17.01. - 20.01.	Do-So	Meditation – Achtsamkeit & Einsicht	Angelika Schallerer
31.01. - 03.02.	Do-So	Aerial Yoga	Andrea Weller
FEBRUAR			
07.02. - 10.02.	Do-So	Yoga für einen gesunden Rücken	Angelika Schallerer
14.02. - 17.02.	Do-So	IKYA Meditation	Sandra Nicole Pfaller
21.02. - 24.02.	Do-So	Kundalini Yoga „Mindful Leadership“	Andrea u. André Danke
MÄRZ			
14.03. - 17.03.	Do-So	Meditation für Anfänger	Kim Fleckenstein
21.03. - 24.03.	Do-So	„Speed Relaxing“ – Entschleunigung und Balance	Andrea Weller
31.03. - 05.04.	So-Fr	»Kranzbach«-Stammgäste-Tage im Frühjahr	
APRIL			
04.04. - 07.04.	Do-So	Pilates – Stärkung der Körpermitte	Karin Fischer
07.04. - 12.04.	So-Fr	»Kranzbach«-Stammgäste-Tage für Alleinreisende	
11.04. - 14.04.	Do-So	Daoistische Meditation	Karin Trommsdorff
25.04. - 28.04.	Do-So	Anti Gravity Fitness	Andreas Glowik
MAI			
09.05. - 12.05.	Do-So	Anusara Yoga	Sabine Willmann
16.05. - 19.05.	Do-So	Meditation und Natur erleben	Nicola Rohner
JUNI			
13.06. - 16.06.	Do-So	Qi Gong	Alfonso Losa
23.06. - 26.06.	So-Mi	Third Eye Meditation (Shiva Netra Dhyana)	Dr. Chetnath Adhikari
27.06. - 30.06.	Do-So	Yoga Retreat mit Dr. Chetnath Adhikari aus Nepal	Dr. Chetnath Adhikari
30.06. - 03.07.	So-Mi	Yoga & Meditation für Einsteiger	Nicola Rohner
JULI			
11.07. - 14.07.	Do-So	Kundalini Yoga "Zurück zu dir selbst"	Andrea u. André Danke
25.07. - 28.07.	Do-So	Faszien-Yoga – Elastizität und Beweglichkeit im Körper	Michaela Mayr
AUGUST			
08.08. - 11.08.	Do-So	Qi Gong	Alfonso Losa
25.08. - 30.08.	So-Fr	Wanderwoche mit Yoga und Meditation	Angelika Schallerer
SEPTEMBER			
12.09. - 15.09.	Do-So	Kundalini Yoga "Loslassen"	Andrea u. André Danke
19.09. - 22.09.	Do-So	Meditation für Anfänger mit Übungen in der Natur	Kim Fleckenstein
26.09. - 29.09.	Do-So	Hormon Yoga	Heidi Welter-Maas
OKTOBER			
10.10. - 13.10.	Do-So	"Speed Relaxing" – Entschleunigung und Balance	Andrea Weller
17.10. - 20.10.	Do-So	Daoistische Meditation	Karin Trommsdorff
24.10. - 27.10.	Do-So	Aerial Yoga	Andrea Weller
31.10. - 03.11.	Do-So	IKYA Meditation	Sandra Nicole Pfaller
NOVEMBER			
07.11. - 10.11.	Do-So	Inner Balance – Yoga und Meditation	Sabine Willmann
14.11. - 17.11.	Do-So	Pilates – Stärkung der Körpermitte	Karin Fischer
21.11. - 24.11.	Do-So	Meditation für Anfänger II	Kim Fleckenstein
28.11. - 01.12.	Do-So	Anti Gravity Fitness	Andreas Glowik
DEZEMBER			
01.12. - 06.12.	So-Fr	»Kranzbach«-Stammgäste-Tage im Advent	
05.12. - 08.12.	Do-So	Yoga – Recharge your batteries	Nicola Rohner
08.12. - 13.12.	So-Fr	»Kranzbach«-Stammgäste-Tage für Alleinreisende	
12.12. - 15.12.	Do-So	Chakra Yoga – Öffnung des Energiesystems im Körper	Michaela Mayr
FÜR HUNDEBESITZER			
17.03. - 20.03.	So-Mi	„Fuß – ein Fremdwort?“	Sylvia Neumaier
27.06. - 30.06.	Do-So	„Kommst du oder kommst du nicht?“	Sylvia Neumaier
06.10. - 09.10.	So-Mi	„Gelernt ist gelernt?“	Sylvia Neumaier