

Ablauf „Yoga Workshop mit Tina“ am Bernsteinsee vom 15.09.-17.09.2023

Freitag

Ab 14.00 Uhr: Anreise, Check in, Willkommens-Smoothie

16.00 -17.45 Vorstellung & Yoga

18.30 Uhr: Gemeinsames Abendessen

20.00-20.30 Meditation

Samstag

08.30-10.00: Yoga

Im Anschluss bis 11.00 Uhr: Frühstück

Danach: Einzelcoachings buchbar oder Auszeit genießen

16.00-17.30: Yoga

18.00 Uhr: Gemeinsames Abendessen

Sonntag

08.30-10.00: Yoga

Im Anschluss bis 11.00 Uhr: Frühstück & Feedback Runde

Abreise

Wer möchte, hat ab 11 Uhr noch die Möglichkeit, Einzelcoachings zu buchen oder Zeit am See zu verbringen.