



- KARIN MÖCKLI YOGA -

POWER FOR BODY AND MIND
3 VERSCHIEDENE YOGA STILE ZUM AUSPROBIEREN

RETREAT SCHEDULE

MONTAG

8 AM Gentle Vinyasa Flow*

4 PM Yoga for Kids ab 6 **

5 PM Ujjayi Atemtechnik
und Meditation**

DIENSTAG

8 AM Vinyasa Flow*

5 PM Yin Yoga*

MITTWOCH

8 AM Vinyasa Flow*

4 PM Yoga for Kids ab 6 **

5 PM Moon Salutation -
Vinyasa Flow*

DONNERSTAG

8 AM Ashtanga Yoga*

5 PM Yin & Yang Yoga*

FREITAG

8 AM Vinyasa Fire Flow**

* Yoga Klasse mit Thema, 60 Minuten

** Special Yoga, 30 Minuten

*** Fire Flow, 75 Minuten

