

Yoga

Zeit	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07:00-08:00						Yoga & Meditation
08:00-09:00		Yoga & Meditation	Yoga & Meditation	Yoga & Meditation	Yoga & Meditation	
09:00-10:00		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
10:00-11:00		Seminar	Seminar	Seminar	Seminar	Seminar
11:00-12:00						Seminar
12:00-13:00		Seminar	Seminar	Seminar	Seminar	Mittagspause
13:00-14:00		Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Reflexion & Abschiedsritual
14:00-15:00						
15:00-16:00						
16:00-17:00						
17:00-18:00		Yoga- & Meditation	Yoga- & Meditation	Yoga- & Meditation	Yoga- & Meditation	
18:00-19:00	Begrüßung & Kennenlernen					
19:00-20:00	Dankbarkeitsrunde & Abendessen	Dankbarkeitsrunde & Abendessen	Dankbarkeitsrunde & Abendessen	Dankbarkeitsrunde & Abendessen	Dankbarkeitsrunde & Abendessen	
20:00-21:00						

!Hinweis zum Stundenplan!

Dieser Stundenplan gibt Dir eine Orientierung über den Ablauf des Kurses. Kleinere Änderungen (z. B. bei Uhrzeiten) sind möglich, da wir flexibel auf die Gruppe und den Verlauf eingehen. Inhaltlich und strukturell halten wir uns jedoch stets an den behördlich anerkannten Ablaufplan mit klarem Fokus auf der theoretischen Wissensvermittlung – gemäß Bildungszeitgesetz.

Kursende 14:30 Uhr