

## PROGRAMM MONTAG, 18.12.2017

UHRZEIT	HOTEL / ORT	THEMA	LEHRER/INNEN	ZUSÄTZLICHE INFO
08.00 - 09.30 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Anusara Yoga Immune Boost Inside Yoga Iyengar Yoga Kundalini Yoga Sunshine Morning Flow	EVA Ananya Scholian CHRISTINE Nilica CARO Mittendorfer MARCO Längst JAQUELINE Walpert LISA Looping	„Good Morning Flow“ Vinyasa Flow mit Übungen fürs Immunsystem
10.30 - 12.00 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Mandala Flow Inside Yoga Stabile Basis Chakrenaktivierung Iyengar Yoga Anusara Yoga	LISA Looping CARO Mittendorfer CHRISTINE Nilica GABRIEL Johannes MARCO Längst EVA Ananya Scholian	Yoga und Spiraldynamik® Flow für Beine und Füße Vertiefung Wurzelchakra  „Dem Herzen folgen“

### GEMEINSAME VERANSTALTUNGEN

17.00 - 19.00 Uhr	Hotel Klosterbräu & SPA, Seefeld	Yoga come-together, Klangreise	Roderick Pischl	Programmvorstellung, Lehrervorstellung, Kennenlernrunde, gesunde Snacks
-------------------	----------------------------------	--------------------------------	-----------------	--

## PROGRAMM DIENSTAG, 19.12.2017

UHRZEIT	HOTEL / ORT	THEMA	LEHRER/INNEN	ZUSÄTZLICHE INFO
08.00 - 09.30 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Sanftes Vinyasa Yoga Hula Hoop Yoga Anusara Yoga Iyengar Yoga Wake up Flow Kundalini Yoga	ANNA Kathalina Langer LISA Looping EVA Ananya Scholian MARCO Längst CHRISTINE Nilica JAQUELINE Walpert	„Atme dich frei“
10.30 - 12.00 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Anusara Yoga Yin-Yoga Iyengar Yoga Hula Hoop Yoga Chakrenaktivierung Open Hips	EVA Ananya Scholian ANNA Kathalina Langer MARCO Längst LISA Looping GABRIEL Johannes CHRISTINE Nilica	„Folge deinem Atem“  Vertiefung Sakralchakra Yoga und Spiraldynamik® Flow für Becken und Hüfte

### GEMEINSAME VERANSTALTUNGEN

14.00 - 15.30 Uhr	Hotel Klosterbräu & SPA, Seefeld	Vortrag: Kazutama - Seelen - Zahlen - Heilungsweg	Akiko Stein	Energie-Messungen (Masaru Emoto) nach Terminvereinbarung die ganze Woche über möglich
17.00 - 20.00 Uhr	Hämmermoosalm, Leutasch	Winterwanderung mit Meditations-einheit, Hütteneinkehr, Fackelwanderung	Wolfgang Neuner-Pfeiffer	Treffpunk: Parkplatz Gaistal (Winterbekleidung und gutes Schuhwerk erforderlich)

## PROGRAMM MITTWOCH, 20.12.2017

UHRZEIT	HOTEL / ORT	THEMA	LEHRER/INNEN	ZUSÄTZLICHE INFO
08.00 - 09.30 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Kundalini Yoga Core Flow Sanftes Vinyasa Yoga Chakrenaktivierung Detox Flow Iyengar Yoga	JAQUELINE Walpert CHRISTINE Nilica ANNA Kathalina Langer GABRIEL Johannes LISA Looping MARCO Längst	Vinyasa Flow für eine starke Mitte  Vertiefung Solarplexuschakra
10.30 - 12.00 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Iyengar Yoga Anusara Yoga Chakrenaktivierung Yin-Yoga Happy Spine Partner Yoga	MARCO Längst EVA Ananya Scholian GABRIEL Johannes ANNA Kathalina Langer CHRISTINE Nilica LISA Looping	„Rhythmus des Herzens“ Vertiefung Herzchakra  Yoga und Spiraldynamik® Flow für die Wirbelsäule

### GEMEINSAME VERANSTALTUNGEN

14.00 - 15.30 Uhr	Casino Arena, Seefeld	Yoga und Langlauf für Anfänger & Fortgeschrittene		<b>Treffpunkt: Cross Country Academy</b> (Winterbekleidung erforderlich. Leihhausrüstung vor Ort erhältlich.)
17.00 - 18.30 Uhr	Pension Aufatmen, Leutasch	Vortrag: Botschaft des Wassers	Akiko Stein	<b>Energie-Messungen (Masaru Emoto) nach Terminvereinbarung die ganze Woche über möglich</b>

## PROGRAMM DONNERSTAG, 21.12.2017

UHRZEIT	HOTEL / ORT	THEMA	LEHRER/INNEN	ZUSÄTZLICHE INFO
08.00 - 09.30 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Tri-Yoga® Kundalini Yoga Anusara Yoga Herzöffnung Bewegungsmeditation Iyengar Yoga Yin - Yang Flow	RENATE Uschold JAQUELINE Walpert EVA Ananya Schollian LISA Looping MARCO Längst CHRISTINE Nilica	„Kraftvoll herzlich“  Flow mit aktiven und regenerativen Haltungen
10.30 - 12.00 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Chakrenaktivierung Iyengar Yoga Tri-Yoga® Strong Shoulders & Arms Anusara Yoga Inversion Flow	GABRIEL Johannes MARCO Längst RENATE Uschold CHRISTINE Nilica EVA Ananya Schollian LISA Looping	Vertiefung Kehlchakra  Yoga und Spiraldynamik® Flow für Schultern und Arme „Innere Harmonie“

### GEMEINSAME VERANSTALTUNGEN

18.00 - 19.30 Uhr	Pfarrbichl, Seefeld	Sonnwendzeremonie mit Lagerfeuer	SILKE Haller RENATE Weilguny	Spirituelle Ausklang des Jahres. Treffpunkt: Infobüro Seefeld (Winterbekleidung und gutes Schuhwerk erforderlich.)
-------------------	---------------------	----------------------------------	---------------------------------	--

## PROGRAMM FREITAG, 22.12.2017

UHRZEIT	HOTEL / ORT	THEMA	LEHRER/INNEN	ZUSÄTZLICHE INFO
08.00 - 09.30 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Osho Dance Meditation Anusara Yoga Kundalini Yoga Iyengar Yoga Chakrenaktivierung Tri-Yoga®	LISA Looping EVA Ananya Scholian JAQUELINE Walpert MARCO Längst GABRIEL Johannes RENATE Uschold	4 Rhythmen „Mit Leichtigkeit in den Tag“  Vertiefung Stirnchakra
10.30 - 12.00 Uhr	Pension Aufatmen Alpenhotel Karwendel Biohotel Leutascherhof Hotel Klosterbräu & SPA Natur & Spa Hotel Lärchenhof Hotel Seespitz-Zeit	Chakrenaktivierung Iyengar Yoga AcroYoga FUNDamentals Tri-Yoga® Enjoy and Relax Flow Anusara Yoga	GABRIEL Johannes MARCO Längst LISA Looping RENATE Uschold CHRISTINE Nilica EVA Ananya Scholian	Vertiefung Kronenchakra  Sanfter Flow mit regenerativen Haltungen im Liegen „Finde deine Balance“

### GEMEINSAME VERANSTALTUNGEN

14.00 - 16.00 Uhr	Hotel Klosterbräu & SPA, Seefeld	Abschiedsritual, Klangreise	RODERICK Pischl	
-------------------	----------------------------------	-----------------------------	-----------------	--