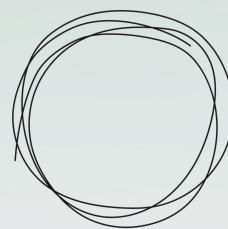


DEIN YOGINEST-PROGRAMM

# WORKOUT, STRETCH & HAPPINESS



coolnest  
TOGETHER

## MONTAG

### WAKE UP YOGA

mit Dani  
(60 Min.)  
08:00-09:00

### TRX

mit Joyce  
(60 Min.)  
18:00-19:00

## DIENSTAG

### YOGILATES

mit Joyce  
(60 Min.)  
17:30-18:30

## MITTWOCH

### BREATHWORK

mit Stefan  
(30 Min.)  
08:00-08:30

### SOUND HEALING

mit Nicole  
(60 Min.)  
17:00-18:00

## DONNERSTAG

### HATHA YOGA

mit Delfi  
(60 Min.)  
17:30-18:30

## FREITAG

### KLANG- & RÄUCHER MEDITATION

mit Dani (60 Min.)  
18:00-19:00

## SAMSTAG

### QI GONG & BREATHWORK

mit Stefan  
(60 Min.)  
17:30-18:30

## SONNTAG

### HATHA FLOW

mit Delfi  
(60 Min.)  
17:30-18:30

**ALLE KURSE:** finden ab 2 Anmeldungen statt!

#### ANMELDUNG AN DER REZEPTION:

**MORGENKURSE:** am Vorabend bis 19.00 Uhr

**ABENDKURSE:** bis 12.00 Uhr

**GRATIS TEILNAHME** für Hotelgäste

#### PREISE FÜR EXTERNE & EINHEIMISCHE:

**DROP IN PRO EINHEIT:** € 17,-

**10ER BLOCK:** € 130,-