DEIN YOGINEST-PROGRAMM

WORKOUT, STRETCH & HAPPINESS

coolnest
TOGETHER

MONTAG	**WAKE UP YOGA** mit Dani (60 Min.) 08:00-09:00	**SLING PILATES** mit Pia (60 Min.) 17:30-18:30	**PILATES MATTE** mit Pia (60 Min.) 18:45-19:45
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		**RESTORATIVE 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		**YOGA FLOW** mit Delfi (60 Min.) 17:30-18:30	

ALLE KURSE: finden ab 2 Anmeldungen statt!

GRATIS TEILNAHME für Hotelgäste

ANMELDUNG AN DER REZEPTION:
MORGENKURSE: am Vorabend bis 19.00 Uhr
ABENDKURSE: bis 12.00 Uhr

PREISE FÜR EXTERNE & EINHEIMISCHE:
DROP IN PRO EINHEIT: € 17,-
10ER BLOCK: € 130,-