

Termin:
 Heilsame Kräfte der Natur, Yoga und Qigong
 1.3.25

0:15 Stunden	10:00 - 10:15		Ankommen
1:30 Stunden	10:15 - 11:45	Felicitas	Sanfte Yoga Sadhana (Yogapraxis)
1 Stunde	11:45 - 12:45		Porige
0:30 Stunden	12:45 -13:15	Felicitas	Impulsvortrag: Naturtherapie
1:15 Stunden	13:15 - 14:30	Felicitas	Bewusster Waldspaziergang und
1:00 Stunden	14:30 - 15:30	Ingrid	Durft - Qigong
1:00 Stunden	15:30 - 16:30		Mittagessen
0:30 Stunden	16:30 - 17:00	Ingrid + Felicitas	Zeit für Fragen
1:00 Stunden	16:00 - 18:00	Ingrid	Qigong
0:30 Stunden	18:00 - 18:30	Felicitas	Atem + Meditation
0:30 Stunden	18:30 - 19:00	Felicitas	Sound - Bad mit Gong
1:30 Stunden	19:00 - 20:30		Abendessen