WELCOME TO
feelMOOR
YOGA
4-TÄGIGES YOGARETREAT |
8 STUNDEN YOGA |
THERME | GESUNDHEITSVORTRAG |
WELCOMING TEEZEREMONIE

YOGA PROGRAMM

DONNERSTAG

15.30 – 16.15 UHR
WELCOMING IN DER KAMINLOUNGE MIT GEMEINSAMEN YOGATEE UND EINSTIMMUNG IN DAS RETREAT

16.30 – 17.45UHR
HATHA YOGA

AB 18.00 UHR
ABENDESSEN IM CULINARIUM

IM ANSCHLUSS
AUSKLANG DES ABENDS AN DER FEELBAR ZUM NÄHEREN KENNENLERNEN DER RETREAT TEILNEHMER | ALTERNATIV TIME TO SPA - EIN KLEINER SAUNAGANG ODER THERMENBESUCH BIS 22:00 UHR

YOGA PROGRAMM

FREITAG

7.00 - 10.00 UHR
VITALFRÜHSTÜCK IM CULINARIUM

8.00 - 9.15 UHR
NORDIC WALKING IM WURZACHER RIED

10.30 - 12.00 UHR
VINYASA YOGA

14.00 - 15.00 UHR
GESUNDHEITSVORTRAG (ÖFFENTLICH)

16.00 - 17.30 Uhr
YIN YOGA

AB 18.00 UHR
ABENDESSEN IM CULINARIUM

YOGA PROGRAMM

SAMSTAG

ab 7.00 Uhr
VITALFRÜHSTÜCK IM CULINARIUM

13.00 – 14.30 Uhr
YIN YANG YOGA

15.30 - 17.00
FASZIENYOGA

17.15 - 18.00
ENDMEDITATION

ab 18.00 Uhr
ABENDESSEN IM CULINARIUM

IM ANSCHLUSS
AUSKLANG DES ABENDS AN DER FEELBAR | ALTERNATIV TIME TO SPA - EIN KLEINER SAUNAGANG ODER THERMENBESUCH BIS 22:00 UHR

YOGA & MOOR VARIANTE

MOORBAD INKL. ARZTCHECK

YOGA & MOOR DELUXE

4 ÜBERNACHTUNGEN
ABENDESSEN AM ANREISETAG,
MOORBAD INKL. ARZTCHECK,
1 MED. RÜCKENMASSAGE

ICH ATME EIN. UND KOMME ZUR RUHE. ICH ATME AUS. UND LÄCHLE. HEIMGEKEHRT IN DAS JETZT WIRD DIESER MOMENT EIN WUNDER.