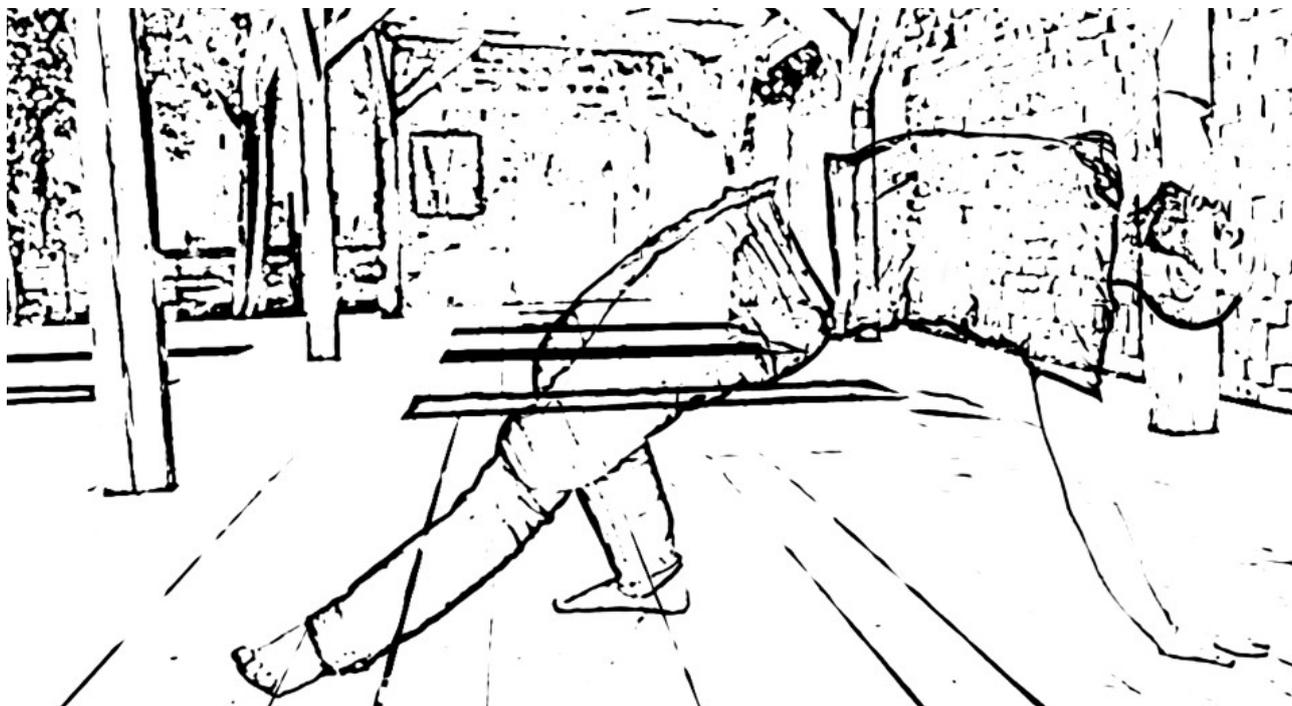


Saisonabschluss im ELEMENT Outdoor

— alle Klassen kostenfrei, Anmeldung über element-ost.yoga —



9.00-10.00	morgendliche Sonnengröße (Flo)
10.15-11.15	Vipassana und Metta Meditation (Jörn)
11.30-12.30	durch Yin und Yang fließen (Lisa)
12.45-14.00	flexibles Becken, starker unterer Rücken (Flo)
14.15-15.15	Absolute Beginners (Flo)
15.30-16.45	Slow Flow Yoga mit live Musik (Clara und Lydia)
16.00-17.00	Daily Hero (Flo) HILDEGARDSTRASSE
17.00-18.00	Politisches Yoga für Anfänger*innen (Annika)
18.15-19.30	Yin to Yang mit live Musik (Sofie+Timbo)

ab 19.30 Lagerfeuer und Chai