

Freitag, 03.05.2024

10:30	Nada Yoga Klangheilung und spirituelles Wachstum durch Singen und Mantras mit Shivani
11:45	Baby- und Mama-Yoga: Postpartale Heilung mit Yoga von Nesara Pradeep Kumar
12:30	Yoga 1-1 Beratung mit Nesara Pradeep Kumar
14:30	Hatha-Yoga: Ganzkörperliches Öffnen und Aufwärmen der Gelenke mit Yoga von Krupa
15:30	Hatha-Yoga: Kurzsession von Krupa

Samstag, 04.05.2024

10:30	Ayurvedischer Lifestyle-Seminar und Fragerunde von Dr. Anoosha Shastry
11:45	Ayurvedische Pulsdiagnose und kurze Analyse der Körperkonstitution von Dr. Anoosha Shastry
14:15	Ayurveda für verschiedene Jahreszeiten, Workshop von Dr. Anoosha Shastry
15:30	Ayurveda und Yoga-Therapie 1-1 Beratung
17:00	Hatha-Yoga vs. Schwangerschafts-Yoga-Workshop von Nesara Pradeep Kumar

Sonntag, 05.05.2024

10:30	Vedic Lab - Ayurvedische Dermatologie und Digitale Ayurveda-App
13:00	Ayurvedisches Kochseminar von Aruna
14:15	Yoga im täglichen Leben Workshop: Yoga für komplette Anfänger von Nesara Pradeep Kumar