

Begleitet von YOGAmone-Veranstaltungen durchs Jahr 2024

26. Jänner 2024 Freitag	Soundhealing	<ul style="list-style-type: none"> * Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad 	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
16. Februar 2024 Freitag	Soundhealing	<ul style="list-style-type: none"> * Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad 	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
22. März 2024 Freitag	Soundhealing	<ul style="list-style-type: none"> * Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad 	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
19. April 2024 Freitag	Soundhealing	<ul style="list-style-type: none"> * Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad 	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
5. Mai 2024 Sonntag	Alpakawanderung & Yoga „Thema Frühling“	<ul style="list-style-type: none"> * Leichte Wanderung mit Alpakas über Felder und Wald * Achtsamkeitsübungen am Weg * Yoga auf der Wiese „Thema Frühling“ (Leber, Galle) 	Halbtagsveranstaltung - Vormittag	Hagenberg/Mühlviertel
31. Mai 2024 Freitag	Soundhealing	<ul style="list-style-type: none"> * Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad 	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
12. Mai 2024 Sonntag Muttertag	Mama-Kind- Alpakawandern & Yoga	<ul style="list-style-type: none"> * Eintauchen in die Umgebung der Alpakas * Gemeinsames wandern mit Alpakas an der Leine * Partnernyoga für Mama & Kind auf der Wiese * Muttertagssnack auf der Picknickdecke 	Halbtagsveranstaltung - Vormittag	Hagenberg/Mühlviertel

28. Juni 2024 Freitag	Soundhealing	* Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
Juli & August	SOMMERPAUSE			
14. Sept. 2024 Samstag	Alpakawanderung & Yoga - „Thema Spätsommer&Herbst“	* Leichte Wanderung mit Alpakas über Felder und Wald * Achtsamkeitsübungen am Weg * Yoga „Thema Energie des (Spät)Sommers & Herbstbeginn“	Halbtagsveranstaltung - Vormittag	Hagenberg/Mühlviertel
18. Okt. 2024 Freitag	Soundhealing	* Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
29. Nov. 2024 Freitag	Soundhealing	* Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
17. Nov. 2024 Sonntag	WORKSHOP Seelenwohl	* Ein Tag des „einfach Seins“ mit Übungen/Techniken u.a. aus Hatha-Yoga, YIN.Yoga, Energieströmen, ätherische Öle, Achtsamkeitsübungen, Embodiment, ...	Ganztagsveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele
20. Dez. 2024 Freitag	Soundhealing	* Geistige und körperliche Vorbereitung zur Entspannung * Archaisches Klangbad	Abendveranstaltung	Linz, Am Graben 9 ag9 - für Körper, Geist und Seele

Änderungen vorbehalten.

Bei Interesse und/oder offenen Fragen, wende dich gerne an mich: yogamone@gmx.at oder 0699/16144770