

YoMotion Stundenplan 10.07. bis 14.07.2026

	Fr. 10.07.26	Sa. 11.07.26	So. 12.07.26	Mo. 13.07.26	Di. 14.07.26
9:30 - 10:45 h	-	Carmen Jakob Lung Jong Pranayama	Mario Schindler - Nam Chö Tsa Lung Yoga		Pestalozzischule/ Carmen Köhler Frühling für Kinder
16:00 - 17:15 h	-	Christiane Schmitz/Yoga	Sonja Fürst - Water& Fire Yoga	Qiong Gu - Heilübungen aus Fernost	Paula Santa - Yoga und Kreisänze
18:00 - 19:15 h	-	Alex Brandt - Frequenz of Creation (vinyasa)	Stefan Plaschka - Rishikesh-Reihe	Bärbel Friesleben- Vinyasa Yoga	Anett Heidel - Reset für das Nervensystem
17.00 - 18.15 h 18.30 - 19.00 h	Maxi Winde - soulful Yoga Flow Eröffnung Amett/ Hilde				
20:00 - 22:00 h	Michael & Friends Singkreis im Yamuna	80songsforpeace Konzert im Yamuna	Ecstatic Dance mit Mahau	Luminous Hearts Mantra-Konzert im Yamuna	Abschlusskonzert mit Alex & friends