

Moondance - Bewegungspraxis Ayurveda & Craniosacral 2024

Infos und Beratung zu unserem Entspannungs- und Bewegungsangebot in der

Sisterly Wohlfühl-Boutique oder Mail. pesl.gabriele@aon.at , Web.: [gabriele-pesl.at](http://www.gabriele-pesl.at) Tel.: 0664/4886385, <http://facebook.com/sisterlyboutique>

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonstiges auf Anfrage
08:00		Stadler Yoga am See 8:00	Firmentraining	Yoga am	Cranio mit Christian Pesl	Ayurveda	Massage
09:00 09:50	Wirbelsäule: Pilates-Yoga Beckenboden- Körperwahrnehmung	line dance (Fanni)	09:00 Yoga für schwängere Frauen	8:00 Stadler Yoga am board /am See	8:30 Pilates-Yoga – Beckenboden Körperwahrnehmung Gampern	Villa Weiss Yoga am See 8:30h	Cranio,Thai Yoga Behandlung od. eine Ayurveda Massage 40 min 80,- (zum Kennenl.)
10:00 10:50	<u>Tanz</u>	Faszientraining mit pilates Yoga 10:15h-11:05h		Access bars Ausbildung –Termin nach Vereinbarung	9:30h Pilates/Yoga Entspannung Timelkam	Yoga am board € 20,- ohne board Boardverleih extra € 12,-	45 min 95,- 80 min 139,- 110 min 169,- Cranio: 95,-
11:00 11:50				<u>Konstitutionsbe-</u> <u>stimmung(einzel)</u>			<u>Min inkl.Vor-</u> <u>Gespräch,Nachruhen & Tee</u>
12:00 13:00					Waldyoga Treffpunkt:Stadler- parkplatz 11:10h		Vereinbaren sie bitte einen Termin !
13:00							<u>Waldyoga auf Anfrage!</u>
14:00 15:00				Ayur- yoga		Beckenbodentraining einmal im Monat	KreativWorkshops auf Anfrage!
15:00 16:00			Lea Kinderyoga			<u>Bauchtanz</u>	Sup-Boards zum ausleihen auf Anfrage!
16:00 17:00	Tanztherapie	Kindertanz ab 7 J. 15:45h Anschl.Hip Hop		Tanztherapie Riedl Sabrina		Moondance	<u>Wohlfühltag auf Anfrage!</u>
17:00 17:50		Mondsee Ayurveda & Pilates/Yoga 3 Einh.		16:30h Hermine Rückbildung			Sup Yoga –Board Yoga am See auf Anfrage!
18:00 18:50	17:45h Yoga 1,5Std. mit Gisi	Beate 18:00 fitness- von Kopf bis Fuß	18:30h leichter leben -Ethik, gewußt wie mit Franziska (je 1.Mi. im Monat)	18:00hWirbelsäule- Pilates –Yoga-Faszien Körperwahrnehmung	18:00 Frau sein Bewegen u. Innehalten mit Yoga /Pilates		Sunrise sunset auf Anfrage!
19:00 19:50	19:30h Yoga / Pilates- Körperwahrnehmung 5 x	Hermine 19:15 SchwangerschaftsYoga		19:15h-20:45h Yoga mit	Projekt chor 19:00 1,5 Einh. mit Franziska		Wander-Yoga in Attersee/Attergau
20:00 20:50				Susanne	19:45 - 20:30 h aus der <i>Moondance company</i> Vita Gusta Tanztheater mit Melanie Nöhmer	Vita Gusta Event 1 20:00 Aufführung +Kindertanztheater 2024	
					Moonrunde		

Hell geschrieben: in Vorbereitung, auswärts oder zeitlich begrenzte Workshops und Kurse auch VHS! Das Unterstrichene läuft über die *Ma*-Bewegungspraxis!

Änderungen vorbehalten!