



# VON UNTEN NACH OBEN WACHSEN

Osterspecial in drei Teilen mit Sophie

## 1 - Mit den Füßen auf der Erde stehen

Mittwoch, 16. April 2025

Morning Flow 9.00 bis 10.15 Uhr (Studio)

Dynamic Flow 18.30 bis 19.45 Uhr (Studio)

## 2 - In der Kraft das Feuer spüren

Karfreitag, 18. April 2025

Morning Flow 9.00 bis 10.15 Uhr (Studio und Online)

## 3 - Das Herz luftig leicht werden lassen

Ostersonntag, 20. April 2025

Sunday Flow 10.30 bis 11.45 Uhr (Studio und Online)

Die Kurse können einzeln besucht werden.

yogamarket