

Alle Einheiten finden ab 3 Personen statt.



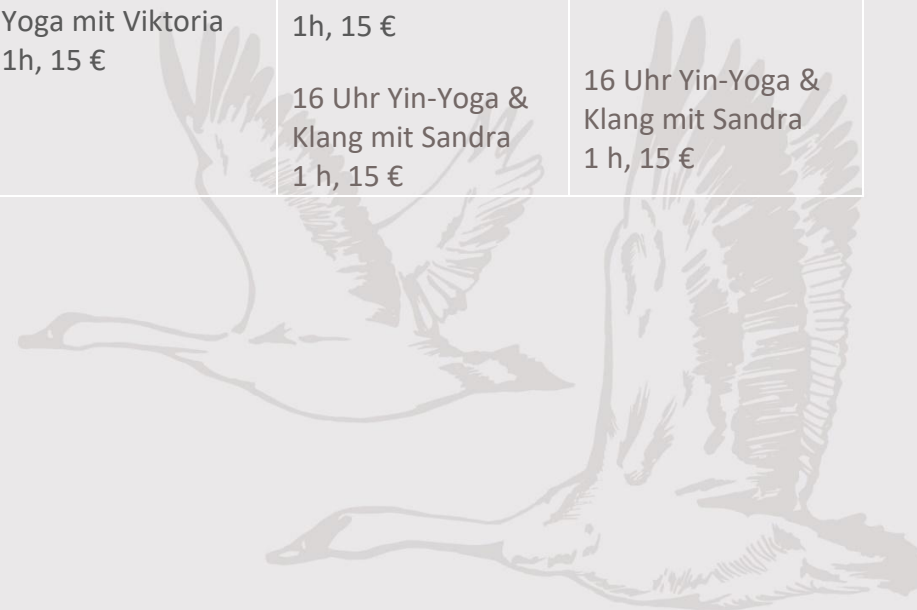
INSEL DER SINNE

HOTEL • SPA • SEEDORF



April 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
30.03.	31.03.	1.	2.	3.	4.	5.
8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	12 Uhr Schnupper Qi Gong mit Marlies 30 min, kostenfrei	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	12 Uhr Schnupper Qi Gong mit Marlies 30 min, kostenfrei	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, 15 €	8.30 Uhr Body Boost Training – mit Kathrin 1h, 15 € 16 Uhr Yin-Yoga & Klang mit Sandra 1 h, 15 €	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Kathrin 1h, 15 € 16 Uhr Yin-Yoga & Klang mit Sandra 1 h, 15 €



Alle Einheiten finden ab 3 Personen statt.



INSEL DER SINNE

HOTEL • SPA • SEEDORF



6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, 15 €	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei 12 Uhr Schnupper-Qi Gong mit Marlies 30 min, kostenfrei	12 Uhr Schnupper-Qi Gong mit Marlies 30 min, kostenfrei 17 Uhr Sanftes Yoga mit Aleksandra 1 h, kostenfrei	16 Uhr Yin-Yoga & Klang mit Sandra 1 h, kostenfrei	8.30 Uhr Sanftes Yoga mit Julia 1h, kostenfrei	8.30 Uhr Body Boost – Training mit Kathrin 1h, 15 €	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Kathrin 1h, 15 €



Alle Einheiten finden ab 3 Personen statt.



INSEL DER SINNE

HOTEL • SPA • SEEDORF



13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.
8 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	11.30 Uhr Qi Gong mit Erdmute 1 h, kostenfrei	12 Uhr Schnupper Qi Gong mit Marlies 30 min, kostenfrei	One Day Retreat -Tagesretreat-	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	8 Uhr Body Boost – Training mit Kathrin 1h, 15 €	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Kathrin 1h, 15 €
16 Uhr Yin-Yoga & Klang mit Sandra 1 h, kostenfrei	12 Uhr Schnupper Qi Gong mit Marlies 30 min, kostenfrei	17 Uhr Sanftes Yoga mit Aleksandra 1 h, kostenfrei		10:30 Uhr Nordic Walking mit Andrea, 90 min, kostenfrei		16 Uhr Yin-Yoga & Klang mit Sandra 1 h, 15 €



Alle Einheiten finden ab 3 Personen statt.



INSEL DER SINNE

HOTEL • SPA • SEEDORF



20.	21.	22.	23.	24.	25.	26.
8 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	11.30 Uhr Qi Gong mit Marlies 1 h, kostenfrei	12 Uhr Schnupper Qi Gong mit Marlies 30 min, kostenfrei	12 Uhr Schnupper Qi Gong mit Marlies 30 min, kostenfrei	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	8 Uhr Body Boost – Training mit Kathrin 1h, 15 €	8.30 Uhr Hatha-Yoga mit Kathrin 1h, 15 €
16 Uhr Yin-Yoga & Klang mit Sandra 1 h, kostenfrei	16 Uhr Sanftes Yoga mit Julia 1h, kostenfrei	17 Uhr Sanftes Yoga mit Aleksandra 1 h, kostenfrei	16 Uhr Yin-Yoga & Klang mit Sandra 1 h, kostenfrei	10:30 Uhr Nordic Walking mit Andrea, 90 min, 15 €		
27.	28.	29.	30.			
12 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	12 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	16.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei	16.30 Uhr Hatha-Yoga mit Viktoria 1h, kostenfrei			

