INSEL DER SINNE
HOTEL · SPA · SEEDORF
★★★★ˢ

Dezember 2026						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1.	2.	3.	4.	5.	6.
	8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	*Loft belegt*	*Loft belegt*	8.30 Uhr Body Boost – Kraft & Energie mit Kathrin 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €
7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
12 Uhr Yin-Yoga und Klang mit Sandra 1h, 15 €	8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	One Day Retreat - Tagesretreat -	12 Uhr Yin-Yoga und Klang mit Sandra 1h, 15 €	8.30 Uhr Body Boost – Kraft & Energie mit Kathrin / 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €

INSEL DER SINNE
HOTEL · SPA · SEEDORF
★★★★ˢ

14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
8 Uhr Qi Gong mit Erdmute / 1h,15€	*Insel wird verschönert*	*Insel wird verschönert*	17 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	12 Uhr Yin-Yoga und Klang mit Sandra 1h, 15 €	8.30 Uhr Body Boost – Kraft & Energie mit Kathrin 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.
12 Uhr Yin-Yoga und Klang mit Sandra 1h, 15 €	8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €	8.30 Uhr Body Boost – Kraft & Energie mit Kathrin 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €
28.	29.	30.	31.	01.01.2027	02.01.	03.01.
8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	8 Uhr Yoga mit Viktoria / 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €	8.30 Uhr Body Boost – Kraft & Energie mit Kathrin 1h, 15 €	8.30 Uhr Yoga mit Kathrin / 1h, 15 €