

Programm YogaEasy Allstars Retreat Korfu (30. September bis 7. Oktober 2017)

ZEIT	ORT	SAMSTAG 30.9.	SONNTAG 1.10.	MONTAG 2.10.	DIENSTAG 3.10.	MITTWOCH 4.10.	DONNERSTAG 5.10.	FREITAG 6.10.	SAMSTAG 7.10.	
7:00 - 8:00	Yoga Zelt (Strand)	Ankunft	-	Detox Yoga (Hatha, Alle) LuNa	Kundalini Schüttel-Meditation (Alle) Patrick	Sunrise Meditation (7:30 - 8:00) (Alle) Kristin	Detox Yoga (Alle) LuNa	Espresso Shot (Vinyasa, Mittelstufe) Valentin		
	Yoga am Steg		-	-	Sunrise Meditation (7:30 - 8:00) (Alle) Kristin	-	-	-		
7:15 - 10:30	Restaurant		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	
10:30 - 12:00	Yoga Zelt (Strand)		Ashtanga Yoga Mysore (Ashtanga, Alle) Ronald	Balance aus Kraft & Rücksicht (Vinyasa, Mittelstufe) Timo	Aus dem Herzen leben (Anusara, Mittelstufe) Veronika	Ashtanga Yoga Mysore (Ashtanga, Alle) Ronald	Herz in der Hand (Vinyasa, Mittelstufe) Timo	Twist and Meditate (Vinyasa, Alle) Valentin		
	Yoga Terrasse		Stabilität & Freiheit (Anusara, Anfänger) Veronika	Yoga Basics (Hatha, Anfänger) Anna	Power Yoga (Vinyasa, Anfänger) Timo	Kraft & Erkenntnis aus der Stille tanken (Anusara, Alle) Veronika	Ashtanga Yoga Mysore (Ashtanga, Alle) Ronald	Frei und Selbstbestimmt (Anusara, Mittelstufe) Veronika		
	Yoga Patio		Vinyasa Yoga (Mittelstufe) Patrick	Ashtanga Yoga Mysore (Ashtanga, Alle) Ronald	Faszien Yoga (Hatha, Alle) LuNa	Tanzende Krieger (Vinyasa, Mittelstufe) Valentin	Zeitlupen-Yoga (Vinyasa, Alle) Kristin	Yoga mit Beats von DJ Rüdy (Vinyasa, Alle) Kristin		
12:00 - 15:15	Strandbar/Taverne		Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	
14:00 - 15:30	Yoga Zelt (Strand)		Yin Yoga (Alle) Ranja	Workshop: Thai-Massage (13:30 - 17:30) (Alle) LuNa	Workshop: Yogatherapie (13:30 - 15:30) (Alle) Ronald	Wildes Wandern mit Kristin (14:30 bis 18:30)	Workshop: Faszien Yoga Schulter/Nacken (13:30 - 15:30) (Alle) LuNa	Workshop: Schreiben & Yoga (13:30 - 15:30) (Alle) Kristin		
	Yoga Terrasse		Power Yoga (Vinyasa, Anfänger) Timo	Vinyasa Yoga (Alle) Patrick	Yin Yoga (Alle) Ranja		Handstand: Learn to Fly! (Ashtanga, Alle) Ronald	-	Abreise	
	Yoga Patio		Yoga Schulter/Nacken (Hatha, Alle) Anna	Vortrag: Yoga als Weg in die Verbundenheit Anna	Shaktishot - Flow (Anusara, Mittelstufe) Veronika		Yoga Basics (Hatha, Anfänger) Anna	Power Yoga (Vinyasa, Anfänger) Timo		
16:00 - 17:30	Yoga Zelt (Strand)	Upside down - Umkehrhaltungen (Vinyasa, Mittelstufe) Valentin	Thai-Massage bis 17:30	Workshop: Mehr Lebensfreude s.e.i. (16:00 - 18:00) (Alle) Valentin	ChiYoga Spätsommer Flow (Hatha, Mittelstufe) LuNa	Super Flow (Vinyasa, Mittelstufe) Valentin	SELBST BEWUSST (Vinyasa, Mittelstufe) Valentin			
	Yoga Terrasse	Flow like Water (Vinyasa, Alle) Kristin	Kundalini & Yoga Nidra (Kundalini, Alle) Valentin	Rücken: Python Feeling (Ashtanga, Alle) Ronald	-	Halten & Loslassen (Anusara, Alle) Veronika	Kraft & Vertrauen (Vinyasa, Alle) Timo			
	Yoga Raum	Meditation (Hatha, Alle) Anna	Ausrichtung die uns SELBST berührt (Anusara, Alle) Veronika	ChiYoga Sommer Flow (Hatha, Mittelstufe) LuNa	Atmung: Wie der Atem dich trägt (Ashtanga, Alle) Ronald	Achtsamkeits Yoga (Hatha, Alle) Anna	-			
18:30 - 21:45	Restaurant	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		
20:15	Yoga Zelt (Strand)	-	Gemeinsamer Kirtan (Alle) Timo	Magic Night (Alle) Valentin	Abend Meditation (Alle) Anna	Vortrag: Perspektiven von Freiheit (Alle) Veronika	-	Gemeinsamer Kirtan (Alle) Timo		
20:30	Strandbar	Welcome Cocktail & Lounge Musik von DJ Rüdy	Hotelprogramm tba	Hotelprogramm tba	Hotelprogramm tba	Hotelprogramm tba	"Salsa für Alle" Karl & Yoga DJ Rüdy	Hotelprogramm tba		