



SELFLOVE

BASIC VINYASA 40 HOURS ONLINE

TRAINING FOR YOU

5 TAGE YOGA FÜR DICH

30 STD. ZOOM KONTAKT

2 STD. PERSONAL KONTAKT/AUF WUNSCH ZOOM

8 STD. HOMEWORK

GRUNDLAGEN DES YOGAS UND SURYA NAMASKAR MIT JUTTA

ALIGNMENT UND ACHTSAMKEIT MIT LOTTE

GANZHEITLICHE ANATOMIE UND FASZIEN MIT MADELEINE

BASIC AND MEDIUM VINYASAFLOWS MIT KARO TAK AUS AMSTERDAM, IN ENGLISH

PERSONAL TRAINING UND BEWUSSTSEINSREISE MIT JUTTA UND BERND

ATEM UND PHILOSOPHIE MIT JUTTA
