

# Monats-Kursplan Jänner 2021

01	FR		
02	SA		
03	SO		
04	MO		
05	DI		
06	MI		
07	DO		
08	FR		
09	SA		
10	SO		
11	MO	09:00 „Einsteiger-Stunde“	19:00 ENTER LIFE <small>Dynamische Atemmeditation „Quantum Light Breath“</small> **
12	DI		19:00 „geführte Stunde“ (zoom.us)*
13	MI	08:00 „geführte Stunde“ (zoom.us)*	
14	DO		19:00 „Einsteiger-Stunde“
15	FR		
16	SA		
17	SO		
18	MO	09:00 „Einsteiger-Stunde“	
19	DI		19:00 „geführte Stunde“ (zoom.us)*
20	MI	08:00 „geführte Stunde“ (zoom.us)*	
21	DO		19:00 „Einsteiger-Stunde“
22	FR		
23	SA		
24	SO		
25	MO	09:00 „Einsteiger-Stunde“	
26	DI		19:00 „geführte Stunde“
27	MI	08:00 „geführte Stunde“	
28	DO		19:00 „Einsteiger-Stunde“
29	FR		
30	SA		
31	SO		

\* YOGA ONLINE 3 Optionen:  
1.) live online Di 19:00 & Mi 8:00 über <https://zoom.us> beitreten.  
2.) die 90min Einheit ist auch als Aufzeichnung über einen zeitunabhängigen Link eine Woche nutzbar.  
3.) oder beides.  
\*\* ENTER LIFE (11. Jänner) Online Live

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Stand: 9.1.2021

**enter  
your  
body!**

Die Praxis für Körper, Bewusstsein und dynamisches Yoga im Schloss Leonstain  
Weitere Infos auf [www.neuscheller.at](http://www.neuscheller.at) od. 0664 5131717