

TIMETABLE

flow stage

- 09:00 ◆ **Wake Up Sun Salutations**
mit Marie Hanakamp | MAKTUB YOGA
- 10:00 ◆ **Flow & Glow Yoga**
mit Vanda | EVOLVE
- 11:00 ◆ **HipHop Vinyasa**
YOGALOUNGE WIENER NEUSTADT
- 12:00 ◆ **Athleticflow**
mit Lisa Hanakamp & Ines Stuppacher | MAKTUB YOGA
- 13:00 ◆ **Piloxing**
Martina Birnbaum | Elite Star Trainerin
- 14:00 ◆ **Inside Flow**
YOGALOUNGE WIENER NEUSTADT
- 15:00 ◆ **Partner Yoga**
mit Lisa & Marie Hanakamp | MAKTUB YOGA
- 16:00 ◆ **Disco Hiit**
mit Julia Donhauser | EVERY BUDDIES FITNESS
- 17:00 ◆ **Yin Yoga mit Sound**
mit Sabrina Trimmel

glow stage

- 09:30 ◆ **Yogaphilosophie in Bewegung**
YOGALOUNGE WIENER NEUSTADT
- 10:30 ◆ **Handstand Workshop**
mit Denise Zimmermann
- 11:30 ◆ **„Rückenfit – Strong Back
& Body Awareness“**
mit Denise Zimmermann
- 12:30 ◆ **Journaling Session**
mit Sabrina Trimmel
- 13:30 ◆ **Synergy Yoga Flow**
mit Julia Windholz
- 14:30 ◆ **Power Yoga**
mit Goisa | EVOLVE
- 15:30 ◆ **Mantra Singen**
mit Sabrina Trimmel & Julia Windholz
- 16:30 ◆ **Unfold – Heartopening Flow**
mit Marlen Förster | MAKTUB YOGA
- 17:30 ◆ **108 Sonnen Grüße mit Live Hang Begleitung**
YOGALOUNGE WIENER NEUSTADT



glow & flow
YOGA • LIFESTYLE • FITNESS



Foto © Katharina Sandri



NÄHERE INFOS
www.maex-wn.at