



SAVITRI SABINE KELLERHALS

Yoga- und Ayurveda Gesundheitsberatung BYVG

Ulmenstr. 6

82024 Taufkirchen

www.savitri-yoga.de

info@savitri-yoga.de

Tel.: 089 /41134089

Workshop Programm Frühjahr-Sommer 2024

Datum	Ort	Zeit	Thema
So, 10.03.2024	VHS Oberschleißheim, Prof.-Otto-Hupp- Str. 26c	10.00 – 13.00 h	Loslassen lernen mit Yin Yoga und Yoga Nidra
So, 10.03.2024	VHS Oberschleißheim, Prof.-Otto-Hupp- Str. 26c	14.30 – 18.00 h	Ayurvedische Fußmassage zur Selbstanwendung – ein Wohlfühlprogramm
Sa, 16.03.2024	VHS Traunreut, Johann Hinrich Wichern Str. 7	10.00 – 13.30 h	Yoga für die Hüfte & das ISG (Illiosacralgelenk)
Sa, 16.03.2024	VHS Traunreut, Johann Hinrich Wichern Str. 7	15.00 – 18.30 h	Yoga für die Schultern, Nacken & Rücken
Sa, 11.05.2024	VHS Oberschleißheim, Prof.-Otto-Hupp- Str. 26c	10.00 – 14.00 h	Mein Tinnitus Programm – sanfte Selbsthilfe aus Yogatherapie & Ayurveda
Sa, 11.05.2024	VHS Oberschleißheim, Prof.-Otto-Hupp- Str. 26c	15.00 – 19.00 h	Schlafen wie ein Murmeltier – sanfte Selbsthilfe aus Yogatherapie & Ayurveda bei Schlafstörungen
Sa, 01.06.2024	VHS Oberland Gmund, Rathausstr. 1	10:00 - 13:00 h	Loslassen lernen mit Yin Yoga und den 6 heilenden Lauten
Sa, 01.06.2024	VHS Oberland Gmund, Rathausstr. 1	14.30 – 18.00	Entspannung und ayurvedische Fußmassage zur Selbstanwendung
Sa, 08.06.2024	VHS Traunreut, Johann Hinrich Wichern Str. 7	10.00 – 13.30	Ayurvedische Fußmassage zur Selbstanwendung – ein Wohlfühlprogramm
Sa, 08.06.2024	VHS Traunreut, Johann Hinrich Wichern Str. 7	14.30 – 18.00	Entspannung und Ayurvedische Gesichtsmassage – ein Wohlfühlprogramm für Frauen