

# PROGRAMM YOGA MOUNTAIN DAYS

Donnerstag 27.05-Sonntag 30.05

DO 27.5	MAMA THRESL ROOFTOP/THINK TANK	PRIESTEREGG BAD/NATURPOOL	TREFFPUNKT MAMA THRESL
16:00 - 17:15	welcome to the YOGA MOUNTAIN DAYS mit Renate & MARC SAX & DJ CEDRIC		
17:30 - 18:45	welcome to the YOGA MOUNTAIN DAYS mit Roberta & MARC SAX		17:30 – 18:30 Uhr Laufen meets YOGA mit Annette
19:30	WELCOME DRINK@mama thresl BAR		
20:00	BBQ @mama thresl		

FR 28.5	MAMA THRESL ROOFTOP/THINK TANK	PRIESTEREGG BAD/NATURPOOL	TREFFPUNKT MAMA THRESL
07:30 - 08:45	easy morning flow mit Meditation mit Karo	easy morning flow mit Meditation mit Renate & Kata Piano	07:30 – 08:30 Uhr Laufen meets YOGA mit Annette
	SPEICHERTEICH/ASITZBRÄU		
13:30 - 15:30	SPECIAL NATURE FLOW Renate/Roberta/Steffi UND MARC SAX + DJ		
17:30 - 18:30	GENTLE FLOW mit Karo & Kata Piano		
20:00	Burger @mama thresl		

SA 29.5	MAMA THRESL ROOFTOP/THINK TANK	PRIESTEREGG BAD/NATURPOOL	TREFFPUNKT MAMA THRESL
7:30 - 8:45	morning bliss mit Roberta	easy morning flow mit Meditation Karo, Renate & Kata Piano	07:30 – 08:30 Uhr Laufen meets YOGA mit Annette

ALM			
10:00 - 11:00	Handbalancen workshop mit Steffi	TREFFPUNKT 09:45 mama thresl anschl. Fahrgemeinschaften Birnbachlochwanderung bis über Hochalm (ca. 12:30)  ca. 12:30- ca. 13:00 Meditation mit Alizz	
	PLATTFORMEN	NATURTEICH	
13:00 - 14:00	Open your heart & your mind mit Renate	Hips don't lie mit Roberta/Marc Sax	
WEIHER SNACK-POINT „Zwisch-Bergen“ ab 13:00 – 15:00 Uhr mit Christoph Brand			
14:30 - 15:30	body & soul Renate/Annette	happy hips, happy you mit Steffi/Marc Sax	
19:30	Treffpunkt mama thresl Abfahrt Shuttle		
20:00	Huwi's Alm Kasnockn/Hut + shuttle retour		

SO 30.5	MAMA THRESL ROOFTOP/THINK TANK	PRIESTEREGG BAD/NATURPOOL	TREFFPUNKT MAMA THRESL
7:30 - 8:45	Early Morning, Easy Flow mit Alizz	easy morning flow mit Karo	07:30 – 08:30 Uhr Laufen meets YOGA mit Annette
14:00 - 15:15	Ecstatic Dance - reconnect with your body & Soul mit Alizz		