

Mountain Flow Leogang - powered by White Pearl Mountain Days

Datum	Uhrzeit	Beschreibung	Lehrer	Ort
Sonntag 22.03.2026				
	08:00 - 09:00	Yoga Morning Flow "Faszien & Lymphflow"	Annette	mama thresl - think tank
	08:15 - 09:15	Yoga Morning Flow "Pilates mit Bälle"	Renate	PRIESTEREGG - Bad
Montag 23.03.2026				
	08:00 - 09:00	Yoga Morning Flow "Starke Mitte, starker Core"	Iris	mama thresl - think tank
	08:15 - 09:15	Yoga Morning Flow "Shoulder & Hip Mobility"	Annette	PRIESTEREGG - Bad
	10:30 - 11:30	Outdoor Indoor Cycling am Berg	Anita	Asitzbräu Terrasse
	12:00 - 13:00	Yoga am Berg	Annette & Renate	Asitzbräu Terrasse
	14:00 - 15:00	Outdoor Indoor Cycling am Berg	Anita	Asitzbräu Terrasse
Dienstag 24.03.2026				
	08:00 - 09:00	Yoga Morning Flow "Yoga meets Pilates"	Svenja	mama thresl - think tank
	08:15 - 09:15	Yoga Morning Flow "Bewegen & Atemtraining"		
		Vorbereitung zum Eisbaden, Möglichkeit zum Eisbaden	Renate & Annette	PRIESTEREGG - Naturpool
	10:30 - 11:30	Outdoor Indoor Cycling am Berg	Anita	Asitzbräu Terrasse
	12:00 - 13:00	Yoga am Berg	Annette & Renate	Asitzbräu Terrasse
	14:00 - 15:00	Outdoor Indoor Cycling am Berg	Anita	Asitzbräu Terrasse
Mittwoch 25.03.2026				
	08:00 - 09:00	Yoga Morning Flow "Faszination Faszien"	Annette	mama thresl - think tank
	08:15 - 09:15	Yoga Morning Flow "Open your heart"	Mathilde	PRIESTEREGG - Bad
	10:30 - 11:30	Yoga am Berg	Annette & Renate	Asitzbräu Terrasse
	12:00 - 13:00	Outdoor Indoor Cycling am Berg	Anita	Asitzbräu Terrasse
	14:00 - 15:00	Outdoor Indoor Cycling am Berg	Anita	Asitzbräu Terrasse
Donnerstag 26.03.2026				
	08:00 - 09:00	Yoga Morning Flow "Bewegen & Atemtraining"		
		Vorbereitung zum Eisbaden, Möglichkeit zum Eisbaden im Schwarzbachtal	Renate & Annette	mama thresl - think tank
	08:15 - 09:15	Yoga Morning Flow "Happy Hips"	Mathilde	PRIESTEREGG - Bad