



OKTOBER YOGA

SONNTAG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
			STRESS less SOMATIC YOGA 1	45 MIN FULL BODY YOGA FLOW 2	YOGA NIDRA TIEFENENTSPANNUNG 13.6 HZ 3	komm zurück ZUR MITTE 4
NEW 5	60 min yoga flow happy HAMSTRINGS 6	herzgeflüster YIN YOGA 7	25 Min MORGEN yoga 8	VINYASA YOGA FLOW 60 MIN 9	YIN YOGA 10	SLOW SUMMER VINYASA YOGA 11
NEW 12	YIN YOGA 13	BALANCE ZWISCHEN innen & aussen 14	GOOD MORNING yoga 15	yin yoga DEEP STRETCH 16	STRONG FLOW VINYASA YOGA 17	sound of SILENCE yin yoga 18
NEW 19	beweglichkeit & kraft VINYASA FLOW YOGA 20	yin yoga 21	yin yoga FÜR REGENTAGE 22	VINYASA FLOW FEEL GOOD yoga 23	SLOW yoga FÜR HEIßE TAGE 24	MORGEN yin yoga stretch 25
NEW 26	MORGEN yoga 27	40 Min YIN YOGA 28	liebendes MORGENRITUAL yin yoga 29	HATHA VINYASA yoga 30	SLOW yoga 31	

OKTOBER MEDITATION

SONNTAG

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

			MEDITATION du bist WERTVOLL 1	das Leben schenkt dir ALLES MEDITATION 2	MORGEN MEDITATION ein neuer ANFANG 3	erschaffe dich NEU MEDITATION 4
NEW 5	MORGEN MEDITATION komm in's LICHT 6	ein bisschen ZAUBER MORGEN MEDITATION 7	60 Min KLANGREISE 136Hz 396Hz 432Hz MEDITATION 8	MORGEN MEDITATION Liebe im HERZEN 9	erwache in SELBSTLIEBE MEDITATION 10	4 ELEMENTE KLANGREISE 11
NEW 12	mein Herz ist mein KOMPASS meditation 13	VERGEBUNG MEDITATION 14	MORGEN MEDITATION MEDITATION 15	MORGEN MEDITATION folge deiner SEHNSUCHT 16	AM ARSCH VORBEI! MEDITATION 17	positive ENERGIE MEDITATION 18
NEW 19	FEEL GOOD MEDITATION 20	ich bin BEREIT MEDITATION 21	finde KLARHEIT MEDITATION 22	LASS' LOS MEDITATION 23	Ruhe im KOPF MEDITATION 24	ENTGIFTE deine Gedanken MEDITATION 25
NEW 26	MORGEN MEDITATION liebvoller MORGEN 27	wir sind aus STERNENSTAUB MEDITATION 28	KLANGREISE 174Hz MEDITATION 29	INNERE HARMONIE MEDITATION 30	MEDITATION innere KRAFT 31	