

# Yoga Workshops & Retreats 2019



body • mind • spirit

## JANUAR 2019

11. – 13.1.2019 | Hannover | Tamara Lenherr  
**ChiYoga Level 4**

## FEBRUAR 2019

2. – 3.2.2019 | Wels / A | LuNa u.a.  
**Yoga Conference**

8. – 10.2.2019 | Hannover | LuNa  
**ChiYoga Level 2**

14. – 17.2.2019 | Stuttgart | LuNa  
**Pranayama Modul 1**

19.2.2019 | Zürich | LuNa  
**Pranayama in den verschiedenen Traditionen**

22. – 24.2.2019 | Lehr | Tamara Lehnerr  
**Die Pranayamas des Hatha Yoga**

## MAERZ 2019

7. – 10.3.2019 | Weggis | LuNa u. Christine May  
**ChiYoga meets Prana Vinyasa Flow**

29.3.2019 | Zürich | Caro Florschütz  
**Feet Up**

30. – 31.3.2019 | Zürich | Eckard Woltz-Gottwald

**Yogaphilosophie in den Unterricht integrieren**

## APRIL 2019

6.4.2019 | Zürich | Veronika Freitag  
**Anusara 1, morgens**

6.4.2019 | Zürich | Veronika Freitag  
**Das Herz des Wiedererkennens, nachmittags**

7.4.2019 | Zürich | Veronika Freitag  
**Anusara 2, morgens**

12.4.2019 | Zürich | LuNa & Ranja Weis  
**Der weibliche Yoga-Weg**

12.4.2019 | Zürich | Ranja Weis  
**Yoga Nidra + Yin Yoga - wieder fühlen lernen**

26. – 28.4.2019 | Wels / A | LuNa  
**ChiYoga – natürlich.undogmatisch.frei**

## MAI 2019

3.5.2019 | Aarau | LuNa  
**FaszienYoga für den Rücken**

4.5.2019 | Aarau | LuNa u.a.  
**Feel Kongress**

5.5.2019 | Hamburg | LuNa u.a.  
**Yogi Days**

11.5.2019 | Rhein/Neckarraum | LuNa und Christiane Reiter

**Faszien-Tag**

12. – 18.5.2019 | Hannover | LuNa  
**YA200 Intensivwoche**

30.5. – 2.6.2019 | Mainz | LuNa  
**Pranayama Modul 1**

## JUNI 2019

8. – 10.6.2019 | Meran | LuNa  
**ChiYoga Pfingst-Retreat**

15. – 16.6.2019 | Hamburg | LuNa  
**ChiYoga – natürlich.undogmatisch.frei**

20. – 23.6.2019 | Zürich | LuNa und Barbara Brugger  
**ChiYoga Basic**

22. – 23.6.2019 | Steigenberger See | LuNa u.a.

**Yoga Sound and Sea Festival**

26. – 27.6.2019 | Bonn | LuNa  
**mit ChiYoga durch das Jahr**

28. – 30.6.2019 | Bonn | LuNa  
**Pranayama**

27. – 30.6.2019 | Lehr | Marianne Kipfer  
**ChangeYoga**

## JULI 2019

4. – 7.7.2019 | Radolfzell am Bodensee | LuNa  
**Tantrische Yogapraxis mit dem Vijñānabhairava Tantra**

15. – 19.7.2019 | Mama Thresl, Leogang / A | LuNa

**Yoga Retreat in den Bergen**

20.7.2019 | Leogang / A | LuNa

**Der Atem im Yoga – individuell & typgerecht**

21.7.2019 | Leogang / A | LuNa  
**Im Fokus: Beckenboden**

## AUGUST 2019

23. – 25.8.2019 | Zürich | LuNa  
**ChiYoga Level 1**

30.8.2019 | Luzern | LuNa  
**ChiYoga Spätsommer**

31. – 1.9.2019 | Hannover | LuNa  
**ChiYoga und Pranayama**

## SEPTEMBER 2019

5. – 8.9.2019 | Bensheim | LuNa  
**ChiYoga Basic**

14.9.2019 | Zürich | LuNa und Christiane Reiter

**Faszien-Tag**

20. – 22.9.2019 | Lehr | LuNa  
**FaszienYoga für Schultern/Na-cken**

27. – 29.9.2019 | Zürich | LuNa  
**YA300 Pranayama, Modul 1.1**

## OKTOBER 2019

5. – 12.10.2019 | Korfu | LuNa u.a.  
**YogaEasy AllStars Retreat**

11. – 13.10.2019 | Stuttgart | LuNa  
**Pranayama Modul 2**

18. – 20.10.2019 | Bensheim | LuNa  
**ChiYoga 1**

26. – 27.10.2019 | Dortmund | LuNa  
**Yoga und Meridiane**

## NOVEMBER 2019

1. – 14.11.2019 | Thailand | LuNa und Christine May  
**Yoga Retreat Robinson Club**

8. – 10.11.2019 | Olten | Michaela Busch und Claudia Engler  
**ChiYoga Dance**

15. – 17.11.2019 | Bensheim | Tamara Lenherr  
**ChiYoga Level 3**

23. – 24.11.2019 | Zürich | LuNa und Tamara  
**Kula Days**

28. – 30.11.2019 | Baar | LuNa  
**YA300 Pranayama, Modul 1.2**

## DEZEMBER 2019

5. – 8.12.2019 | Zürich | LuNa  
**ChiYoga 5**