

DIE KUNST DES LOSLASSENS

AFRIKANISCHER TANZ – AFROYOGA® – HATHA YOGA

August 2021

Genieße mit uns erholsame Stunden in sommerlicher Natur

Neue Kraft und Inspiration gewinnen - Yoga, Tanz, Natur-Meditation - Ganzheitlich und energetisierend - Frischluftpraxis, Spaziergänge, Retreats an ausgewählte Kraftorte dieser einen Welt

online-offline -- www.afrikucoinstitut.org -- camara-artwork@gmx.de -- 0049+911-5819843

kreativ bewegte Stunden mit Monika Adele Camara in Franken / Bad Meinberg / Horumersiel


EINZELSTUNDEN im Stadtpark Nürnberg für Erwachsene, werdende Mütter, Menschen mit spezifischen Beschwerden – **YOGA**

SPAZIERGANG in der Oberpfalz, 2 mal samstags bis September

GRUPPENSTUNDEN/LINVE-ON-ZOOM: HATHA Yoga und AFROYOGA® am Freitag mittag, Montag nachmittag, Mittwoch vormittag

AUSBILDUNG im Gurukulam-System: AFROYOGA®-PRACTITIONER online im Einzel- oder Kleingruppenunterricht



| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---|---------------------------------|---|---------------------------------|---|---|--|
| | Einführung- | Seminar So 1.8. | AFROYOGA® | PRACTITIONER | 14 – 17.30 | Live on zoom 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 |  | 12 | 13 Yoga + Meditation 13.8. – 15.8. bzw. – 17.8.21 Bad Meinberg | 14 Yoga + Meditation | 15 Yoga + Meditation |
| 16 Yoga + Meditation | 17 Yoga + Meditation | 18 | 19 | 20 Hatha Yoga - Prävention Anfänger 20.8. – 22.8.21 Bad Meinberg | 21 Hatha Yoga Prävention Anfänger | 22 Hatha Yoga Prävention Anfänger Yoga Familienwoche 20.08. - 27.08.21 |
| 23 Yoga Familienwoche 22.08. - 27.08.21, Bad Meinberg | 24 Yoga Familienwoche | 25 Yoga Familienwoche | 26 Yoga Familienwoche | 27 Yoga Familienwoche Tanz der Orishas 27.08.- 29.08.2021 | 28 Tanz der Orishas | 29 Tanz der Orishas |
| | 31 | | | | | |

DIE KUNST DES LOSLASSENS

AFRIKANISCHER TANZ – AFROYOGA® – HATHA YOGA

Juli 2021

kreativ bewegte Stunden mit Monika Adele Camara in Franken / Bad Meinberg / Horumersiel

online-offline -- www.afrikucoinstitut.org -- camara-artwork@gmx.de -- 0911-5819843

EINZELSTUNDEN im Stadtpark Nürnberg für Erwachsene, werdende Mütter, Menschen mit spezifischen Beschwerden – **YOGA**

SPAZIERGANG in der Oberpfalz, 2 mal samstags bis September

GRUPPENSTUNDEN/LIVE-ON-ZOOM: HATHA Yoga und AFROYOGA® am Freitag mittag, Montag nachmittag, Mittwoch vormittag

AUSBILDUNG im Gurukulam-System: AFROYOGA®-PRACTITIONER online im Einzel- oder Kleingruppenunterricht



| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|--------|----------|----------|---|---------|---|--|
| | | | 1 | 2 | 3 VISIONEN Fotoausstellung Nbg Flughafen Parkdeck 2/9, 12 – 18 Uhr | 4 VISIONEN Fotoausstellung Nbg Flughafen, Parkdeck 2/9, 12 – 18 Uhr |
| 5 | 6 | 7 | 8 AFROYOGA®COMME- TOGETHER KommVorZone Annapark Nbg, 17 – 19 Uhr mit live-percussion | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15  | 16 | 17 YOGA SPAZIERGANG in der Oberpfalz Einzelstunden 10 / 11 / 14 / 15 / 16 Uhr Hermannsreuth 7 bei Ebnath | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 YOGA IM IRRHAIN 3 Stunden Retreat vor den Toren Nürnbergs 10 Uhr bis 13 Uhr |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 AFRIKANISCHER TANZ elementare Körpererfahrung 10 - 12:15 Uhr ----- | ----Bewegungsraum 1.15, Südpunkt Pillenreuther Straße 147, Nbg |
| | | | | | | |

