

INTEGRATED DANCE&YOGASYSTEM®



**Jahresprogramm mit
Monika Adele Camara**

TANZ, YOGA, NATURERFAHRUNG

IN DEUTSCHLAND, FRANKREICH,
WESTAFRIKA

**Neue Kurse ab September
im AFRIKUCO-
ÜBUNGSRaum**

Rennweg 50, rgb rechts

**camara-artwork@gmx.de
www.afrikucoinstitut.org**

INTEGRATED DANCE&YOGASYSTEM®

AFRIKANISCHER TANZ - AFROYOGA® - HATHAYOGA - YOGATHERAPIE

Unterricht - Ausbildung - Art&CommunityProjects
Retreats an ausgesuchten Kraftorten dieser einen Welt

HATHA YOGA IM AFRIKUCO-ÜBUNGSRAUM,

PRÄVENTIONSKURSE KRANKENKASSEN-ANERKANNT

MITTWOCH 18.00- 19.30 / DONNERSTAG 10.00 - 11.30, 8UE

YOGA-INDIVIDUEL

PRIVATSTUNDEN BEI SPEZIFISCHEN BESCHWERDEN

AFROYOGA® AM SEE

NATURBAD LANGSEE NÜRNBERG MAI BIS SEPTEMBER, DO. 18.15 - 19.15

AUF SPENDENBASIS FÜR AGENDA-30 PROJEKT KINDER-GÄRDEN

DANCINGFEET!! FERIENPROGRAMM

TANZ, YOGA, NATURERFAHRUNG FÜR SCHULKINDER IN NÜRNBERG AUF ANFRAGE

HATHAYOGA // AFROYOGA® ZOOM-ONLINE

HATHAYOGA MO 8 UE, 18.15 - 19.15 // AFROYOGA® FR/SA 5 UE, 11.00 - 12.00

AFROYOGA® AUF DEN SPUREN NACHHALTIGEN LEBENS,

GAMBIAREISE 25.2. - 10.3.25

AFROYOGA® PRACTITIONER-AUSBILDUNG SÜDFRANKREICH 2025

INFORMATIONSWORKSHOP ONLINE-ON-ZOOM SAMSTAG 12.30 - 13.30, 28.9. / 2.11.24

AFRIKANISCHER KUNSTSALON 2024 - VISCHERS KULTURLADEN NÜRNBERG

FOTOGRAFIE, MALEREI, PERFORMANCE

VERNISAGE SA.26.4.25, 13.00 - 21.00 MIT ART&COMMUNITY-WORKSHOPS

AFRIKANISCHER TANZ // KINDER-ATELIER

NACHBARSCHAFTSHAUS GOSTENHOF NÜRNBERG

AFROYOGA® & HATHAYOGA FÜR FRAUEN AB 17.9.24 DI, 18.00 / 19.00

DANCINGFEET!! ELTERN-KIND-KRABELGRUPPE, MI. 9.30 - 11.30, 10 UE

SÜDPUNKT NÜRNBERG, BZ - BEWEGUNGSRAUM 1.15

AFRICAN ROOTS - RUMBA CUBANA

SONNTAG, 27.10. / 10.11.24, 11.00 - 14.00

MITTWOCH 20.15 - 21.15, 465546 - 18.9.24./46540 - 16.10. / 46542 - 27.11.24

AFRICAN ROOTS - AFROSWING, 8.12.24, 11.00 - 14.00

AFROYOGA® FÜR DIE GELENKE

BZ, 46535 - 17.11.24, 11.00 - 14.00

VHS ALTDORF7SCHWARZACHTAL

AFRICAN ROOTS - RUMBA CUBANA, 13.10.24, 11.00 - 14.00,

AFROYOGA® - DIE KUNST DES LOSLASSENS, 1.12.24

WWW.YOGA-VIDYA.DE/SEMINARE/LEITER/MONIKA-ADELE-CAMARA

HORUMERSIEL, NORDSEE

AFRIKANISCHER TANZ & YOGA - SILVESTERRETREAT, 29.12.24 - 1.1.25

SWINGS - VIBRATIONS - ROTATIONS, 10.8.-15.8.25

HAWAIIANISCHER TANZ & YOGA AM MEER, 15.8.-17.8.25

BAD MEINBERG

AFROYOGA® DIE KUNST DES LOSLASSENS, 3.10 - 6.10.24

DANCING FEET!! INTEGRIERTE TANZ & YOGA PÄDAGOGIK NACH M.A.CAMARA,

FORTBILDUNG FÜR DEN ELEMENTAR & SCHULBEREICH, 1.5. - 4.5.25

AFRIKANISCHER TANZ & YOGA INTENSIV, 1.11. 3.11.5. - 20.5.24 // 6.6.-9.6.25

SWINGS - VIBRATIONS - ROTATIONS, 29.9. - 3.10.24 // 9.6.-15.6.25 // 28.9.-3.10.25

YOGA UND GANZHEITLICHE KONFLIKTLÖSUNG, FORTBILDUNG 3. - 6.10.24 // 3.10.-5.10.25

AFROYOGA® ONLINE ON ZOOM SA 6.4./ 1.6. / 28.9. / 2.11.24, 5 UE

MARIA RAIN, ALLGÄU

AFRIKANISCHER TANZ UND YOGA, 1.11. - 3.11.24 // 31.10.-2.11.25

www.afrikucoinstitut.org

Ihr freier Partner für rekreative BeWegung seit 1990

camara-artwork@gmx.de

Facebook/Instagram: Monika Adele Camara

foto: Archiv Afrikuco

AFROYOGA® in The Gambia/Westafrica

AFRIKUCO & INSTITUT