



SAVITRI SABINE KELLERHALS

Yoga- und Ayurveda Gesundheitsberatung BYVG

Ulmenstr. 6

82024 Taufkirchen

www.savitri-yoga.de

info@savitri-yoga.de

Tel.: 089 /41134089

Workshop Programm Frühjahr/Sommer 2023

Datum	Ort	Zeit	Thema
Fr, 10.03.2023	VHS Südost, Haidgraben 1, Ottobrunn	17.00 – 20.30 h	Ayurvedische Fußmassage zur Selbstanwendung – ein Wohlfühlprogramm
Sa, 18.03.2023	VHS Traunreut, Johann Hinrich Wichern Str. 7	13.00 – 17.30	Ayurvedische Fußmassage zur Selbstanwendung – ein Wohlfühlprogramm
So, 19.03.2023	VHS Oberschleißheim, Prof.-Otto-Hupp- Str. 26c	10.00 – 13.30 h	Ayurvedische Gesichtsmassage & Entspannung – ein Wohlfühlprogramm für Frauen
So, 19.03.2023	VHS Oberschleißheim, Prof.-Otto-Hupp- Str. 26c	15.00 – 19.00 h	Oje, mein Bauch – sanfte Selbsthilfe aus Yogatherapie & Ayurveda bei Verdauungs- & Stoffwechselproblemen
Sa, 25.03.2023	VHS Oberland Holzkirchen, Max- Heimbuch	10.00 – 18.00 h	Hormonyoga nach Dinah Rodrigues für Frauen in den Wechseljahren und Frauen mit Kinderwunsch
Fr, 21.04.2023	VHS Oberland, Otterfing, Schulstr. 8	17.00 – 20.30 h	Ayurvedische Fußmassage zur Selbstanwendung – ein Wohlfühlprogramm
Sa, 22.04.2023	VHS Freising, Kammergasse 12	10.00 – 13.30 h	Yoga für die Hüfte & das ISG (Illiosacralgelenk)
Sa, 22.04.2023	VHS Freising, Kammergasse 12	15.00 – 18.30 h	Ayurvedische Fußmassage zur Selbstanwendung – ein Wohlfühlprogramm
Sa, 06.05.2023	VHS Oberland, Otterfing, Schulstr. 8	10.00 – 13.30 h	Yoga für die Hüfte & das ISG (Illiosacralgelenk)
Sa, 06.05.2023	VHS Oberland, Otterfing, Schulstr. 8	15.00 – 19.00 h	Schlafen wie ein Murmeltier – sanfte Selbsthilfe aus Yogatherapie & Ayurveda bei Schlafstörungen
So, 14.05.2023	VHS Bad Feilnbach, Bahnhofstr. 9	10.00 – 13.00 h	Yoga für den Beckenboden – Stärkung der inneren Kraft
So, 14.05.2023	VHS Bad Feilnbach, Bahnhofstr. 9	14.00 – 17.00 h	Yoga für Schultern, Nacken & Rücken
So, 28.05.2023	VHS Bad Feilnbach, Bahnhofstr. 9	14.00 – 17.00 h	Yoga für die Hüfte & das ISG (Illiosacralgelenk)



SAVITRI SABINE KELLERHALS

Yoga- und Ayurveda Gesundheitsberatung BYVG

Ulmenstr. 6

82024 Taufkirchen

www.savitri-yoga.de

info@savitri-yoga.de

Tel.: 089 /41134089

So, 28.05.2023	VHS Bad Feilnbach, Bahnhofstr. 9	09.00 – 13.00 h	Mein Tinnitus-Programm – sanfte Selbsthilfe aus Yogatherapie & Ayurveda
Fr, 16.06.2023	VHS Südost, Haidgraben 1, Ottobrunn	17.00 – 20.30 h	Ayurvedische Gesichtsmassage & Entspannung – ein Wohlfühlprogramm für Frauen
So, 25.06.2023	VHS Freising, Kammergasse 12	10.00 – 18.00 h	Hormonyoga nach Dinah Rodrigues für Frauen in den Wechseljahren und Frauen mit Kinderwunsch
Fr, 30.06.2023	VHS Oberland, Otterfing, Schulstr. 8	17.00 – 20.30 h	Ayurvedische Gesichtsmassage & Entspannung – ein Wohlfühlprogramm für Frauen
Sa, 01.07.2023	VHS Traunreut, Johann Hinrich Wichern Str. 7	10.00 – 13.30 h	Yoga für die Hüfte & das ISG (Illiosacralgelenk)
Sa, 01.07.2023	VHS Traunreut, Johann Hinrich Wichern Str. 7	15.00 – 18.30 h	Yoga für Schultern, Nacken & Rücken
Fr, 14.07.2023	VHS Traunreut, Johann Hinrich Wichern Str. 7	15.00 – 18.30 h	Ayurvedische Gesichtsmassage & Entspannung – ein Wohlfühlprogramm für Frauen
Fr, 21.07.2023	VHS Bad Reichenhall, Ägidiplatz 3	15.00 – 18.30 h	Ayurvedische Fußmassage zur Selbstanwendung – ein Wohlfühlprogramm
Sa, 22.07.2023	VHS Bad Reichenhall, Ägidiplatz 3	10.00 – 18.00 h	Hormonyoga nach Dinah Rodrigues für Frauen in den Wechseljahren und Frauen mit Kinderwunsch
So, 23.07.2023	VHS Bad Reichenhall, Ägidiplatz 3	10.00 – 13.30 h	Ayurvedische Gesichtsmassage & Entspannung – ein Wohlfühlprogramm für Frauen

Anmeldungen bitte über die Volkshochschulen:

vhs Bad Feilnbach: www.vhs-bad-feilnbach.de
vhs Bad Reichenhall: www.vhs-reichenhall.de
vhs Freising: www.vhs-freising.org
vhs Holzkirchen: www.vhs-oberland.de
vhs Oberschleißheim: www.vhsosh.de
vhs Süd-Ost: www.vhs-suedost.de
vhs Traunreut: www.vhs-traunreut.de

Tel: 08066 887-570
Tel: 08651-63054
Tel: 08616-49070
Tel: 08024-8024
Tel: 089-3153806
Tel: 089-4423890
Tel: 08669-86480