

FLORENCE KRETSCHMER YOGA

Kursplanung August-Dezember 2025 / Août à décembre 2025

Der Einstieg ist jederzeit möglich!

Cours d'essai possible!

Tel: 0049(0)6342/9238668, 0049(0)170/4012866



YOGA 1: Anfänger , Débutants

YOGA 2: Mittelstufe -Niveau moyen-

YOGA 3: Erfahrene, Confirmé

ORT / LIEU	TAG / JOUR	DATUM / DATES	UHRZEIT HORAIRE	ANMELDUNG INSCRIPTION
WISSEMBOURG  MAGIC FLOWER YOGA 3, rue des Cavaliers	MONTAG LUNDI	08.09/ 22.09/ 29.09/06.10/ 13.10/ 20.10/ 10.11/ 17.11/ 24.11/01.12	9.30 - 11.00 Yoga 2 Yoga integral Vital	
BAD BERGZABERN Südpfalz Therme Kurtalstraße 27 www.suedpfalz-therme.de	MONTAG LUNDI	22.09/ 29.09/ 06.10/ 13.10/ 20.10/ 10.11/ 17.11/ 24.11	16.30 - 18.00 Yoga 1 - 2 Yoga integral	
BAD BERGZABERN Edith-Stein-Klinik Gymnastikraum (UG)	MONTAG LUNDI	01.09/ 08.09/ 22.09/ 29.09/06.10/ 13.10/ 20.10/ 10.11/ 17.11/ 24.11	18.30 - 20.00 Yoga 2 - 3 Yoga integral Flow	
OBEROTTERBACH Otterbachhalle Karl-Meyer-Straße 1	DIENSTAG MARDI	02.09/ 09.09/ 30.09/ 07.10/ 14.10/ 21.10/ 11.11/ 18.11/ 25.11/02.12	10.00-11.30 Yoga 1-2 Yoga aktiv am Morgen mit Hilfsmitteln	
BAD BERGZABERN Südpfalz Therme Kurtalstraße 27 www.suedpfalz-therme.de	DIENSTAG MARDI	23.09/ 30.09/ 07.10/ 14.10/ 21.10/ 11.11/ 18.11/ 25.11	13.30-14.30 Aqua-Yoga 1-3	
BAD BERGZABERN Südpfalz Therme Kurtalstraße 27 www.suedpfalz-therme.de	DIENSTAG MARDI	23.09/ 30.09/ 07.10/ 14.10/ 21.10/ 11.11/ 18.11/ 25.11	NEU! 14.45-16.15h Yoga 1 - 2 Yoga integral	
WISSEMBOURG  La Nef, 6 rue des Écoles 67160 Wissembourg Étage: 2	MITTWOCH MERCREDI	Cours sur toutes l'année Fortlaufende Kurse 2-3x / Monat	9.00-10.00h Yoga chaise NOUVEAU! 10.30-11.30 Hatha Yoga Flow	

WISSEMBOURG  FITLINE 13 rue Banacker Fitline-wissembourg.com	MITTWOCH MERCREDI	NOUVEAU! Cours sur toute l'année: 2-3 x par mois Fortlaufender Kurs: 2-3x im Monat Reprise des cours le: 03.09.2025	17.45 – 19.00 Yoga 1 - 2 Yoga integral Basic	
BAD BERGZABERN Südpfalz Therme Kurtalstraße 27 www.suedpfalz-therme.de	DONNERSTAG JEUDI	25.09/ 02.10/ 09.10/ 16.10/ 23.10/ 13.11/ 20.11/ 27.11	10.00-11.00 Aqua-Yoga 1-3	
WISSEMBOURG Maternité	DONNERSTAG JEUDI	Cours sur toute l'année Fortlaufender Kurs En prévision	14.30-16.00 Yoga prénatal Tous niveaux	
BAD BERGZABERN WISSEMBOURG OBEROTTERBACH	FREITAG oder WOCHENENDE VENDREDI OU WEEKEND	WORKSHOPS AERIAL YOGA!  www.magicfloweryoga.com	Ankündigung auf der Homepage oder Termin vereinbaren! Sur RDV!	

SOMMER RETREAT
„YOGA NATUR AUSZEIT“
2-3 August 2025
Obersteinbach (Elsaß)



WALDBADEN DAY:
27.09.2025
10.00-14.00h

■ MAGIC FLOWER YOGA c'est aussi :

- Des séances de **Bien-Être** pour une **harmonisation** de votre énergie vitale et une **relaxation** du corps et de l'esprit.

Je vous propose des séances de **Shiatsu, réflexologie et massage énergétique, massages Ayurvédiques.**
 aux huiles essentielles adaptées à votre constitution.

- Yoga Coaching** (1-2 personnes/ 1-2 Teilnehmer)
 Apprendre à mieux se connaître et à acquérir une meilleure hygiène de vie.
 Mouvement et détente /Conseils alimentaires sur la base de la théorie des 5 éléments.
 RDV: Lundi-Vendredi/ 0049 1704012866

NOUVEAU! À partir de janvier 2025:

MASSAGES AYURVÉDIQUES

Abhyanga: massage du corps complet
Shiroabhyanga: Tête et nuque, front (moulage)
Mukabhyanga: Visage, tête et nuque
Upanahasveda: massage intensif du dos
Padabhyanga: massage des pieds (jambes)

■ MAGIC FLOWER YOGA ist auch:

- Eine Vielfalt an **wohltuenden Anwendungen** für eine **Harmonisierung** der Lebensenergie und zur **Entspannung von Körper und Geist.**
- Ich biete an: **Shiatsu, Reflexzonenmassage, Energetische Ölmassage, Ayurvedische Massagen** mit speziellem Aroma-Öl passend zu ihrer Konstitution.
- Ganzheitliches Yoga Coaching**, basierend auf der 5 Elemente Lehre.
 Sie lernen und erfahren mehr über sich und ihre Bedürfnisse um eine gesünderes Leben zu gestalten. Bewegung und Entspannung/Ernährung
.Termin: Montag-Freitag/ 01704012866

NEU! Ab Januar 2025:

AYURVEDISCHE MASSAGE

Abhyanga: Ganzkörpermassage
Shiroabhyanga: Kopf und Nackenmassage, Stirnguß
Mukabhyanga: Gesicht, Kopf, und Nacken.
Upanahasveda: intensives Rückenmassage
Padabhyanga: Fußmassage (Beine)