



Terminübersicht Sommer 2026

▲ SALS.Kids

▲ Kurse

Hier geht es zur Online-Buchung:



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

Jeden 1. Samstag im Monat

Jeden 2. Samstag im Monat

Jeden 3.+4. Samstag im Monat

Jeden 3.+4. Sonntag geschlossen

10:00 – 10:45
Klassische Sitzung

11:15 – 12:00
Klassische Sitzung

12:30 – 13:15
Klassische Sitzung

14:00 – 14:45
Klassische Sitzung

15:15 – 16:00
Klassische Sitzung

16:30 – 17:15
Klassische Sitzung

17:45 – 18:45 *alle 2 Wochen*
▲ Yoga mit Heiko

19:00 – 20:00 *alle 2 Wochen*
▲ Meditation mit Heiko

13:45 – 14:30
Klassische Sitzung

15:00 – 15:45
Klassische Sitzung

16:15 – 17:00
Klassische Sitzung

17:30 – 18:15
Klassische Sitzung

12:30 – 13:15
Klassische Sitzung

13:45 – 14:30
Klassische Sitzung

15:00 – 15:45
Klassische Sitzung

16:15 – 17:00
▲ SALS.Kids

10:00 – 10:45
Klassische Sitzung

11:15 – 12:00
Klassische Sitzung

12:30 – 13:15
Klassische Sitzung

13:45 – 14:30
Klassische Sitzung

15:00 – 15:45
Klassische Sitzung

16:15 – 17:00
Klassische Sitzung

17:30 – 18:15
Klassische Sitzung
wenn kein PMR stattfindet

17:30 – 18:15 *1x im Monat*
▲ Progressive Muskel-
entspannung (PMR)

18:45 – 20:00 *2x im Monat*
▲ Qigong

09:30 – 11:00
▲ Yoga, Klangschale
& Kakaozeremonie
oder Freemor Breathing®

11:15 – 12:00
▲ Soundbath

12:30 – 13:15
Klassische Sitzung

13:45 – 14:30
Klassische Sitzung

15:00 – 15:45
Klassische Sitzung

09:30 – 10:30
▲ Kraft aus der Mitte

10:45 – 11:45
▲ Yoga im Einklang

12:30 – 13:15
Klassische Sitzung

13:45 – 14:30
Klassische Sitzung

15:00 – 15:45
Klassische Sitzung

12:30 – 13:15
Klassische Sitzung

13:45 – 14:30
Klassische Sitzung

15:00 – 15:45
Klassische Sitzung

12:30 – 13:15
Klassische Sitzung

13:45 – 14:30
Klassische Sitzung

15:00 – 15:45
Klassische Sitzung

16:15 – 17:00
Klassische Sitzung
*wenn kein/e Yin Yoga /
Traumreise stattfindet*

16:15 – 17:00
▲ Yin Yoga & sanftes
Pilates mit Klang und
Soundhealing
jeden 1. Sonntag im Monat

16:15 – 17:00
▲ Traumreise
jeden 2. Sonntag im Monat

Bitte vorab einen Termin vereinbaren!