Aquariana

www.aquariana.de

November 2026

Offene Gruppen

			Telefon
Montag			
10:00 - 12:00	**Ganzheitliche Heilberatung** aus ärztl. Sicht, € 40,-/Std. **BA**	Dr. Silvia Block	0171-41 66 835
16:00 - 17:30	**Hatha-Yoga,** sanft/stärkend, € 20,- I 165,-/10x I **KK BA**	Nina Rücker	0170 - 4610 206
16:30 - 18:00	**Systematik der Meditation,** 14 tgl. *ab 2.11.,* € 15,- I **BA**	Dr. Silvia Block	0171-41 66 835
16:30 - 18:00	**Systematik der "5 Tibeter",** 14 tgl. a*b 9.11.*, € 20,- I **BA**	Dr. Silvia Block	0171-41 66 835
18:00 - 19:00	Rückenfit, Präventionskurs, € 129,-/8x I *ab Januar* I **KK BA**	Fabian Zantz	0155 - 106 03 127
18:00 - 19:50	**Gewaltfreie Kommunikation**, Übungsgr., € 20,- I *9.11.* **BA**	Margot Festinori	0176-834 93 752
18:00 - 20:00	**Begegne Deinem Schutzengel,** € 15,- I *16.11.*	André Mann	0172-153 39 90
Dienstag			
10:00 - 12:00	**Autobiografisches Schreiben**, € 30,- – *3. + 17.11.* **BA**	Renate Graßtat	0174-88 666 44
18:00 - 19:30	**Hatha-Yoga For Every Body,** € 18,- I 165,-/10x I **KK BA**	E. Chen/L. Divarci, yoga-for-every-body.de	
20:00 - 22:00	**Familienaufstellungen, Traumalösung**, € 15,-I Aufst. 75,- I *17.11.*	R. + B. Austermann	030 69 81 80 71
Mittwoch			
18:00 - 20:00	**Kraftquellen aufstellen,** € 50,- I erm. 40,- I *11.11.* I **BA**	Susanne Schlenzig	0151-684 123-08
18:00 - 21:00	**Familienaufstellungen:** € 25,- I Aufst. 140,- I jd. Mittwoch **BA**	Susanne Schlenzig	0151-684 123-08
18:30 - 20:00	**Hatha-Yoga** € 160,-/ 8 x I **KK BA**	Melanie Sierra Lingemann, 0176-622 044 74	
19:00 - 20:00	**Ein Weg in die Schmerzfreiheit?** kostenlos, *11.11.* **BA**	Sabine Hansel	0176-344 436 86
19:00 - 20:00	**Baum-Meditation.** Baumkommunik., € 10,-/ 40,-/5 x, *11.11.* **BA**	Birgitt Paulus	030 - 288 339 25
20:10 - 21:40	**Hatha-Yoga,** € 160,-/ 8 x I **KK BA**	Melanie Sierra Lingemann, 0176-622 044 74	
Donnerstag			
17:30 - 20:30	**Flowing Emotions.** Von der Verpanzerung ...,€ 40,- **BA**	Annekathrin Zimmermann	0176-212 53 876
18:00 - 20:00	**TRE-Einführung,** Workshop, € 25,- I *3.11.*	Stephan Lautz	0176-988 43 414
18:00 - 19:30	Demonstr.Kinesiologie I Immunkraft stärken, € 20,- I *3.12.* **BA**	Ute Schmid-Dankward	030-618 4771
18:30 - 20:00	**Aurareinigung**, geführte Meditation, € 35,- I *26.11.* **BA**	Alice Windolf	0160-704 70 80
19:30 - 21:00	**Hatha-Yoga For Every Body,** € 18,- I 165,-/10x I **KK BA**	E. Chen/L. Divarci, yoga-for-every-body.de	
Freitag			
09:00 - 10:15	**Anusara® Yoga** I **KK**	Kathlen Herrmann	0176-2420 2718
18:00 - 21:00	**Familienaufstellungen**, € 25,- I Aufst. 140,- I *13.11.* **BA**	Susanne Schlenzig	0151-684 123 08
18:00 - 21:00	Familienaufstellungen– queer, € 25,- I Aufst. 140,- I *11.12.* **BA**	Susanne Schlenzig	0151-684 123 08

Jederzeitiger Einstieg in Absprache mit der Kursleitung möglich!
Jedoch: **BA** = bitte anmelden! **KK** = Präventionskurs, Zuschuss durch Krankenkassen