

# Bildungsurlaube 2025

## Seminare mit dem Schwerpunkt „Yoga zur Stressbewältigung“

### Nordsee Akademie:

20.01. – 24.01.2025	BU „Hatha Yoga für Anfänger“ mit Daniela Lafrentz
27.01. – 31.01.2025	BU „Lotus Qigong und Yin Yoga“ mit Eva Pluharova
03.02. – 07.02.2025	BU „Yoga mit Rücksicht: starker Rücken“ mit Piu Haubner
24.03. – 28.03.2025	BU „Hatha Yoga für Fortgeschrittene“ mit Daniela Lafrentz
31.03. – 04.04.2025	BU „InTuLife“ mit Sunita Ehlers
19.05. – 23.05.2025	BU „Hatha Yoga für Anfänger“ mit Daniela Lafrentz
26.05. – 28.05.2025	BU „Lotus Qigong und Yin Yoga“ (3 Tage) mit Eva Pluharova
02.06. – 06.06.2025	BU „Yin Yoga Lehrerausbildung“ mit Sunita Ehlers
11.06. – 13.06.2025	BU „Yoga ☯ Meditation“ (3 Tage) mit Bianca Kronschnabel
23.06. – 27.06.2025	BU „Yoga ☯ Englisch“ mit Ginta Schindler
07.07. – 11.07.2025	BU „Lotus Qigong und Yin Yoga“ mit Eva Pluharova
14.07. – 18.07.2025	BU „Hatha Yoga für Fortgeschrittene“ mit Daniela Lafrentz
08.09. – 12.09.2025	BU „Hatha Yoga für Fortgeschrittene“ mit Claudia Jablonski
03.11. – 07.11.2025	BU „Hatha Yoga für Anfänger“ mit Daniela Lafrentz
10.11. – 14.11.2025	BU „Yoga ☯ Englisch“ mit Ginta Schindler
17.11. – 21.11.2025	BU „Hatha Yoga für Fortgeschrittene“ mit Daniela Lafrentz
01.12. – 05.12.2025	BU „Hatha Yoga für Anfänger“ mit Claudia Jablonski

## IBJ Scheersberg:

- 27.01. – 31.01.2025 BU „Hatha Yoga für Anfänger“ mit Daniela Lafrentz
- 10.02. – 14.02.2025 BU „Yoga ☯ Englisch“ mit Ginta Schindler
- 17.02. – 21.02.2025 BU „InTuLife“ mit Sunita Ehlers
- 17.03. – 21.03.2025 BU „Slow Jogging ☯ Yoga“ mit Franziska Hanert
- 11.06. – 13.06.2025 BU „Lotus Qigong und Yin Yoga“ (3 Tage) mit Eva Pluharova
- 07.07. – 11.07.2025 BU „Slow Jogging ☯ Yoga“ mit Franziska Hanert
- 04.08. – 08.08.2025 BU „Hatha Yoga für Anfänger“ mit Claudia Jablonski
- 08.09. – 12.09.2025 BU „Meditation ☯ Yoga für Männer“ mit Mathias Lachmann
- 22.09. – 26.09.2025 BU „Lotus Qigong und Yin Yoga“ mit Eva Pluharova
- 30.09. – 02.10.2025 BU „Yoga ☯ Meditation“ (3 Tage) mit Bianca Kronschnabel
- 01.12. – 05.12.2025 BU „InTuLife“ mit Sunita Ehlers
- 15.12. – 19.12.2025 BU „Hatha Yoga für Fortgeschrittene“ mit Daniela Lafrentz

Stand: 17.12.2024