

# Deeper.Sense.Yoga Days 2025

22.01. – 23.01.

## Samstag 22.01.2025

8:30	Meditation + Pranayama	Kundalini Awakening
9:15 – 10:45	Yogastunde	Heldenreise Extended Dennis
10:45 – 11:30	Pause	
11:30 – 11:45	Welcome	Einführung & infos zum Wochenende
11:45 – 12:45	Workshop	Manifestation - Worum geht's Dir wirklich?
13:00 – 14:15	Asana- Workshop	Spinal Work Orthopädisches Yoga
14:15 – 15:15	Pause	
15:15 – 16:00	DSY-InfoWorshop	Die 4 Ebenen im DeeperSenseYoga
16:15 – 17:45	Yin-Yoga	Deep Dive Yin Yoga un Live Musik
19:30	Medi + Satsang	Kundalini Meditation, Kirtan und Inspiration
21:00	Ende	

## Sonntag 23.01.2025

8:30	Meditation + Pranayama	Connecting to OM
9:15 – 10:45	Yogastunde	Heldenreise Special "Who am I"
10:45 – 11:30	Pause	
11:30 – 11:45	Welcome	Einführung, Infos
11:45 – 12:45	Workshop	Beziehungen leben- Der Spagat zwischen bei Dir bleiben und bei mir bleiben.
13:00 – 14:15	Asana - Workshop	Umkehrhaltungen im DeeperSenseYoga
14:15 – 15:15	Pause	
15:15 – 16:00	DSY-InfoWorshop	Was macht DeeperSense Yoga so wirksam
16:15 – 17:45	Yin-Yoga	True Connection Yin Yoga ätherischen Ölen
17:45	Going Home	