

Montags und Freitags

mit Karuh und SanSara



Omkar / Suprabatham/ Stille HerzensMeditation

7.30 bis 8.00 Uhr
kostenlos

weitere Veranstaltungen

alle kostenlosen Veranstaltungen sind auch via Zoom möglich.



Freitag, 16.01.

Geführte Meditation
mit Karuh

18.30 bis 19.30 Uhr
siehe Flyer



Sonntag, 18.01.

Dhuni meets Shakti Lotus Bliss Feuer
mit Karuh & SanSara

18.30 bis 19.30 Uhr
kostenlos



Freitag, 23.01. -
Dienstag, 27.01.

Die 9 Meisterschulen des Feng Shui
mit Thor

10.00 bis 18.00 Uhr
siehe Flyer



Freitag, 30.01.

Urkraft der Weiblichkeit -
GöttinnenZirkel mit Karuh

18.30 bis 20.00 Uhr
kostenlos



Weitere Informationen unter www.karuh-sternenlichtzentrum.de

Januar Programm 2026

SONNTAG	MONTAG	DIENSTAG	MITWOCH	DONNERSTAG	FRITAG	SAMSTAG
					1	2
					3	
4	5	6	7	8	9	10
11	★ 12	॥	॥	॥	★ 16	17
18	★ 19	॥	॥	॥	★ 23	24
25	★ 26	॥	॥	॥	★ 30	31

Vom 23.12.-11.01.2026 macht das SternenlichtZentrum eine Pause.

Montags bis Donnerstags

Bewegungsfreude mit Heike

॥	Montags	Schlingentraining Sling & Kraft	18.15 bis 19.15 Uhr 19.30 bis 20.30 Uhr
॥	Dienstags	Schlingentraining	09.00 bis 10.00 Uhr
॥	Mittwochs	Kraft & Yoga	19.00 bis 20.15 Uhr
॥	Donnerstag	Yoga	09.00 bis 10.00 Uhr 19.00 bis 20.15 Uhr
Neu	Samstag, 31.01.	Reformer Pilates Schnupperstunde	09.00 bis 10.00 Uhr 10.15 bis 11.15 Uhr

Anmeldung bei Heike unter Tel. 0172/7292229