

Mai

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

1 48 MIN
Flow
mit Maria
AUFBLÜHEN
IM FRÜHLING

2 44 MIN
Slow Flow
mit Maria
DEIN KRAFTPLATZ

3 45 MIN
Sun Flow
mit Lilith
FLOW INTO PIGEON

4 51 MIN
Yin
mit Maria
FULL BODY STRETCH

5 25 MIN
Slow Flow
mit Michael
MORGENROUTINE

6 37 MIN
Flow
mit Lilith
IT'S TIME TO BLOOM

7 27 MIN
Yin
mit Maria
STRETCHY LEGS

8 41 MIN
Flow
mit Franzl
GLUTES PARTY

9 20 MIN
new
Slow Flow
mit Maria
FLOW INTO SPRING

10 31 MIN
Sun Flow
mit Michael
A & B SAGEN

11 33 MIN
Yin
mit Maria
HERZ-
& TÜRENÖFFNER

12 54 MIN
Follow the moon
mit Maria
VOLLMONDRITUAL

13 40 MIN
Flow
mit Maria
HIGH 5

14 37 MIN
Yin
mit Lilith
& GITARRE

15 43 MIN
Flow
mit Franzl
CREATIVE PLAYTIME

16 35 MIN
Slow Flow
mit Maria
AFTER WORK

17 30 MIN
Sun Flow
mit Michael
SUNNY
& SWEATY DETOX

18 60 MIN
Yin
mit Maria
FÜR HAPPY BABIES

19 41 MIN
Slow Flow
mit Maria
WELL ROUNDED FLOW

20 29 MIN
Flow
mit Maria
SHORT FLOW

21 38 MIN
Yin
mit Maria
STRETCH & RELAX

22 43 MIN
Slow Flow
mit Maria
GENUSS
FÜR DEN RÜCKEN

23 39 MIN
Flow
mit Maria
VERWURSCHELT?

24 34 MIN
new
Slow Flow
mit Maria
DETOX TWIST

25 46 MIN
Yin
mit Lilith
PURES VERWÖHNEN

26 35 MIN
Flow
mit Maria
CROSS CORE FLOW

27 33 MIN
Slow Flow
mit Maria
NEUMOND FLOW

28 32 MIN
Yin
mit Maria
RICHTIG
ENTSCHLEUNIGEN

29 51 MIN
Flow
mit Maria
GANZKÖRPER FLOW

30 40 MIN
Slow Flow
mit Maria
TWISTS
& HERZÖFFNER

31 42 MIN
Yin
mit Michael
TAKE IT EASY!

herzfeld

KLICKE AUF DIE GEWÜNSCHTE KLASSE UM DIREKT ZUM VIDEO ZU KOMMEN