



## Yoga Agenda 2026

**Hatha Flow** am Mittwoch 18:00 - 19:15 Uhr      Hirschengraben 13 a  
**Hatha Flow** am Freitag 8:45 - 10:00 Uhr      Weggisgasse 31  
**Hatha Flow** am Freitag 10:15 - 11:30 Uhr      Weggisgasse 31

**Yoga Matinee am Sonntag. 10.00 -12.30 Uhr**      Weggisgasse 31

22. März /31. Mai /23. Aug. /25. Okt. /20. Dez. 2026

**Yin Yoga am Freitag Abend 18.00 -19.45 Uhr**      Weggisgasse 31

27. Feb. / 1. Mai/ 26. Juni /18. Sept. /27. Nov. 2026

### Yoga am See

Daten und Orte werden rechtzeitig im Chat durchgegeben  
Anmeldung für Chat über mich 077 441 85 50

### Retreat

In Planung  
Über Auffahrt oder Fronleichnam 4 Tage und 3 Nächte

Irene Christen, dipl. Yogalehrerin YS/EYU,  
Achtsamkeitsmeditations-Leiterin  
[www.yogamitherz.com](http://www.yogamitherz.com)  
irene@luzernyoga.ch