

Bultstr./ Yoga Zentrum Bliss		Bultstr.	Helmkehof	Bultstr./ Helmkehof		Bultstr.	Helmkehof
Mo		Di	Mi	Do		Fr	
10:30 Ankommen		10:30 Ankommen	10:30 Ankommen	11:30 Ankommen		10:30 Ankommen	
11:00 – 11:30 Gruppenplenum		11:00	11:00	12:00		11:00	11:00
12:00 Gemeinsames Mittagessen TS		Kunsttherapie TS	Malerei TS	Kreatives Schreiben PB+TS		Textiles Labor TS	Malerei TS
		12:30 – 13:00 Pause	12:30 – 13:00 Pause			12:00 – 12:30 Pause	12:30 – 13:00 Pause
- Haushaltstraining - Gemeinsame Spiele - Freies Arbeiten TS		13:00 - 15:15 Musik – Singen PB+TS	13:00	14:15 – 14:45 Pause		12:30	13:00
		13:00 - 15:15 Musik – Trommeln PB+TS	Malerei PB+TS			Musik Band PB+TS	Malerei PB+TS
13:15 Abfahrt zum Yogastudio „Bliss“		13:00 - 15:15 Gestalten mit Textilien PB+TS	15:00	Bultstraße	Helmkehof	Freitagsreflexion	Freitagsreflexion
13:45 Yoga PB+TS	13:45 Sozialraum Training PB+TS			14:45 Gestalten mit Ton	15:45 Malerei	15:00	
16:00	16:00			PB+TS 17:00	PB+TS 18:00		
5,5 Std.	5,5 Std.	4,75 Std.	4,5 Std.	5,5 Std.	6,5 Std.	4,5 Std.=/ 25,75 Std.	

Standort Bultstraße

Bultstraße 9, Hauptgebäude 1.Etage links
 30159 Hannover
 Haltestelle: Braunschweiger Platz
 Linien: 4, 5, 6, 11

Standort Helmkehof

Helmkestraße 5A, Wellmannhaus
 30165 Hannover
 Haltestelle: Hainhölzer Markt
 Linie: 6

Kundalini Yoga Zentrum Bliss

Limmerstraße 29
 30451 Hannover
 Haltestelle: Leinaustraße
 Linien: 10, 12

Telefon: 0511 288 18 27

Telefax: 0511 288 18 25

E-Mail: info@ae-kreativschule.de

Stand Januar 2026