



Deine Checkliste



Deine Ausrüstung

- ☐ Yoga-Matte
- ☐ Yoga-Kissen
- ☐ Yoga-Block
- ☐ Luftige Kleidung
- ☐ Meditationstuch
- ☐ Yoga-Tasche
- ☐ rutschfeste Socken

Optional

- ☐ Yoga-Wheel
- ☐ Yogagurt
- ☐ Augenkissen
- ☐ Yogasocken
- ☐ Yogahandtuch
- ☐ Mala
- ☐ Ritualoutfit

Die Basics

- ☐ Handy / Ladekabel
- ☐ Getränke
- ☐ Taschentücher / Reiseapotheke
- ☐ Sonnencreme (für Outdoor-Yoga)
- ☐ Mundschutz
- ☐ Yoga-Playlist
- ☐ SchweißTuch

Unterlagen

- ☐ E-Card
- ☐ Reisepass / Personalausweis / Führerschein
- ☐ Bargeld / Karte

Nach der Einheit

- ☐ Wechselkleidung

Platz für eigene Notizen

1000000