



Änderungen vorbehalten

TIMETABLE - FREITAG 12.09.2025

FACHVORTRÄGE

10:00	Kurhaus Saal	<i>Official Start</i>
10:15 - 10:30	Kurhaus Saal	Eisbade Einführung Team Biohacking Bad Dür rheim
10:45 - 11:30	Kurhaus Saal	„Atem verbindet: Körper, Geist und Seele als Einheit erleben“ Rolf Duda alias „Peak Wolf“
11:45 - 12:30	Kurhaus Saal	„Lykaia - Pilze, A2 Milch und mehr“ Jana Baltscheit
14:30 - 15:15	Kurhaus Saal	„5 Elemente der Gesundheit“ Florian Probst
15:30 - 16:15	Kurhaus Saal	„Protein - der missverständene Nährstoff - seine bedeutende Rolle für Longevity und Gesundheit“ Julia Tulipan
16:30 - 17:30	Kurhaus Saal	„Cool bleiben! Mit Atemtechnik durch die Wechseljahre“ Erika Borbléy
17:30 - 18:00	Kurhaus Saal	Evening Movement Lukas Kößler

WEITERE WICHTIGE TERMINE

08:30 - 10:00	Check-In	Kurhaus Foyer
12:30 - 14:30	Lunch	Kurhaus Restaurant

BIOHACKING AUSSTELLUNG

10:00 - 18:00	Kurhaus Lounge & Foyer	Ausstellung mit innovativen Produkten. Direkt zum Kennenlernen und Testen.
---------------	------------------------	--

WORKSHOPS INDOOR / OUTDOOR

10:30 - 13:30 & 16:00 - 18:00	Outdoor Eisbade-Area Kurpark	Geführtes Eisbaden Wim Hof Instructoren und BHBD-Instructoren
10:45 - 11:30	Outdoor	EVERYDAY MOVEMENTS - Simple Exercises for Daily Health & Energy Alex Rudolf
11:30 - 12:30	Indoor	Spiritus Breathwork & Somatic Healing Denise Marie Schurr
14:30 - 16:00	Outdoor	Shinrin Yoku - Waldbaden Klaus Lang & Team

INTENSE

14:30 - 15:30	Indoor Kapelle	Yoga mit Kati Kati Mairhofer
---------------	----------------	--

Dein Mehrwert an diesem Wochenende ♡

16:30 - 17:30	Indoor	Meditation „Breath of Life“ Nam Terath
---------------	--------	--

INTENSE

19:00 - 21:30	Indoor Minara	Intense Evening Team Biohacking Bad Dür rheim
---------------	---------------	--

Dein Mehrwert an diesem Wochenende ♡

HINWEIS: Bei manchen Locations/Veranstaltungen gibt es eine beschränkte Teilnehmeranzahl.



Änderungen vorbehalten

TIMETABLE - SAMSTAG 13.09.2025

FACHVORTRÄGE

10:00 - 10:15	Kurhaus Saal	Morgenimpuls und Einführung ins Eisbaden mit Q&A Team Biohacking Bad Dürrenheim
10:30 - 11:15	Kurhaus Saal	„Wir brauchen Stress! Wie beeinflusst die Wim Hof Atmung unser vegetatives Nervensystem?“ Dr. Mirja Effing
11:30 - 12:15	Kurhaus Saal	„Die vier Elemente in unserem Bewusstsein“ Doris Fuentes
14:30 - 15:15	Kurhaus Saal	„Schlafapnoe: Schnarchen und die stille Gefahr“ Prof. Dr. med. h.c. Günther W. Amann- Jennson
15:30 - 16:15	Kurhaus Saal	„Spiritus Breathwork & Sinnsuche: Warum du erst dann wirklich ankommst, wenn du dich für etwas Größeres öffnest“ Denise Marie Schurr
16:30 - 17:30	Kurhaus Saal	„Atemlos und antriebslos – wie dein Darm dich ausbremst“ Sabine Ketterer

WEITERE WICHTIGE TERMINE

12:30 - 14:30	Lunch	Kurhaus Restaurant
18:00 - 20:00	Dinner	Kurhaus Restaurant

Anmeldung zum Dinner bis 14:00 Uhr beim Kurhaus Team

ab 19:00

Community
Abend

Kurhaus Saal

BIOHACKING AUSSTELLUNG

10:00 - 18:00	Kurhaus Lounge & Foyer	Ausstellung mit innovativen Produkten. Direkt zum Kennenlernen und Testen.
---------------	------------------------	--

WORKSHOPS INDOOR / OUTDOOR

07:30 - 08:15	Outdoor	Functional Fitness Training Denis Cebulla
07:30 - 07:50	Indoor	Morning Yoga mit Kati Kati Mairhofer
08:45 - 09:45	Indoor	Die verborgenen Blockaden deiner Atmung Julia Söllner
08:45 - 09:45	Outdoor	Shinrin Yoku Morgen-Impuls Klaus Lang & Team
10:30 - 13:30 & 16:00 - 18:00	Outdoor Eisbade-Area Kurpark	Geführtes Eisbaden Wim Hof Instructoren und BHBD-Instructoren
10:30 - 11:30	Indoor	Kundalini Yoga „Yogic Super Health“ Nam Terath

INTENSE

11:30 12:30	Outdoor	Chaga Workshop Jana Baltscheit
Dein Mehrwert an diesem Wochenende ♡		
14:30 - 15:30	Outdoor	Qi Gong Florian Probst
14:30 - 16:00	Outdoor	Shinrin Yoku - Waldbaden Klaus Lang
15:30 - 16:30	Indoor	Yoga mit Kati Kati Mairhofer
16:30 - 17:30	Indoor	Im Einklang mit den Elementen: Mit der Natur zu neuer Lebenskraft Doris Fuentes
16:30 - 17:15	Outdoor	EVERYDAY MOVEMENTS - Simple Exercises for Daily Health & Energy Alex Rudolf
17:30 - 18:30	Indoor	Breathwork: Wim Hof Method - Mixed basic und advanced technique Sukkhadas

HINWEIS: Bei manchen Locations/Veranstaltungen gibt es eine beschränkte Teilnehmeranzahl.



TIMETABLE - SONNTAG 14.09.2025

FACHVORTRÄGE

10:00 - 10:15	Vortrag Kurhaus Saal	Morgen-Impuls Team Biohacking Bad Dür rheim
10:15 - 12:30	Vortrag Kurhaus Saal	„Mental Shower“ (Vortrag & Workshop) + Signierstunde Yasin Seiwasser
14:00 - 14:45	Vortrag Kurhaus Saal	„Podoätiologie & Narben – Die verborgenen Blockaden deiner Atmung“ Julia Söllner
15:00 - 15:45	Vortrag Kurhaus Saal	Die 7 Ice Summits der Alpen: Wie du in der Kälte über dich hinauswächst Sukkhadas
ab 16:15	Kurpark Steinkreis	<i>Closing Session</i>
ab 16:45	Therme Solemar	Ausklang

NOTIZEN

BIOHACKING AUSSTELLUNG

10:00 - 16:30	Kurhaus Lounge & Foyer	Ausstellung mit innovativen Produkten. Direkt zum Kennenlernen und Testen.
---------------	------------------------------	--

WORKSHOPS INDOOR / OUTDOOR

INTENSE

6:30 - 8:00	Outdoor	Intense ICE BATH
Dein Mehrwert an diesem Wochenende ♡		
10:30 - 09:30 & 12:30 - 14:00	Outdoor Eisbade-Area Kurpark	Geführtes Eisbaden Wim Hof Instructoren und BHBD-Instructoren
07:30 - 09:30	Indoor Kapelle	Transformational Breathwork-Journey Joachim Limberger
08:30 - 08:50	Indoor Ruhekuppel	Morning Yoga mit Kati Kati Mairhofer
08:15 - 09:00	Outdoor Treffpunkt Kurhaus Terrasse	Shinrin Yoku Morgen-Impuls Klaus Lang & Team
08:30 - 09:15	Outdoor Treffpunkt Kurhaus Terrasse	Functional Fitness Training Denis Cebulla

HINWEIS: Bei manchen Locations/Veranstaltungen gibt es eine beschränkte Teilnehmeranzahl.

WEITERE WICHTIGE TERMINE

12:00 - 14:00	Lunch	Kurhaus Restaurant
---------------	-------	--------------------