

YOGA KURS - KLEINGRUPPE

Es ist nie zu spät, um mit Yoga anzufangen, es spielt keine Rolle, wie alt Sie sind, ob sie beweglich sind oder wie gut Sie entspannen können ...

Start einer Yogagruppe

WO?	Mitterleiten 21 4861 Schörfling am Attersee
WANN?	Start 06.10.2021, 17:00-18:30
WIE OFT?	wöchentlich 10x je 90 Minuten
WAS?	Yogaunterricht auf Grundlage des klassischen Hatha Yoga und den anatomischen Prinzipien der Spiraldynamik
KOSTEN?	140€
KONTAKTDATEN	Mag. Phil. Mara Larsen, BEd. Klinische- und Gesundheitspsychologin, integrale Tanz- Ausdruckstherapeutin, Yogalehrerin und mehr... office@freiraum-fuer-entwicklung.at 0699 1200 29 92 Anmeldung bis 15.09. möglich

Was ist zu mitzubringen und zu beachten?

Bitte beachten Sie die 3-G Regelung.
Yogamatten und Hilfsmittel werden zur Verfügung gestellt, gerne können Sie Ihre eigenen mitbringen, bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bringen bitte Sie mit.