

SOMMERYOGA

Juli und August 2019

YOGA-WALK IM WALD

Ein Mix aus Gehen, Yoga und bewusster Atmung.
Treffpunkt: 17:55 Uhr in Grünbach am Bahnhof
montags 18:00 Uhr (90min) ab 08.07.19

YIN & YANG YOGA

Finde Balance durch die Kombination von ruhigen, passiven und kraftvollen, aktiven Haltungen.
dienstags 09:30 Uhr (90min) und donnerstags 16:30 (60 min) ab 02.07.19

POWERYOGA

Kraftvolle Haltungen für mehr Energie, Stabilität und Beweglichkeit.
dienstags 18:00 Uhr (90min) ab 02.07.19

SOMMERYOGA-MIX

Yogastunden mit verschiedenen Themen z.Bsp. Kundalini-Yoga, Yin & Yang Yoga, 5 Tibeter, Flowyoga
mittwochs 17:30 Uhr (90min) ab 03.07.19

YOGA NACH IYENGAR

Genauere Ausrichtung des Körpers in der Haltung unter Verwendung von Hilfsmitteln wie Blöcken, Gurten, Kissen.
donnerstags 19:00 Uhr (75min) ab 04.07.19

TRADIT. HATHA YOGA

Klassische Yogahaltungen kombiniert mit spirituellen und energetischen Aspekten.
freitags 17:30 Uhr (90min) ab 05.07.19

SOMMERYOGA-PAKET

ALLE STUNDEN: 75,-€

EINZELSTUNDEN: 12,-€

Bei Buchung des ganzen Paketes, kannst Du beliebig oft in alle Stunden kommen (auch mehrmals pro Woche).

Ansprechpartner

Anke Löser

Mobil 0176 23617119

Beatrice Szymanek

Mobil 0162 . 3307142

Eisenbahnstraße 22 . 08209 Auerbach / Vogtland

yoga-kurs.com

Oder besuche uns auf
facebook.com/yogaraumvogtland