

Stärken, Entspannen, Loslassen

YOGA mit



Sanfter Abend-Flow

kräftigt den Körper, fördert deine Flexibilität und die wohltuende anschließende Endentspannung hilft dir beim Loslassen

Donnerstag, 17.10. – 30.01.2025

19.00 – 20.15 Uhr

für Anfänger geeignet

Kräftigendes VINYASA YOGA

dynamisch und kraftvoll um Körper und Geist in Einklang zu bringen

Montag, 14.10. - 20.01.2025

19.00 – 20.15 Uhr

Yoga Kenntnisse von Vorteil



Wo: Kindergarten St. Aegydt

Mitzubringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, Trinkflasche, Decke

Hilfsmittel wie Block oder Gurt werden zur Verfügung gestellt!

Ich bitte um Anmeldung! max. 10 Teilnehmer

Einzelstunde: € 14,00

10er BLOCK: € 120,00

0664/199 20 18

iris.kienbichl@pgv.at

Einstieg jederzeit möglich!