Hatha Yoga-Abendkurs

Mi 15.04.2020, 17.30 Uhr - Mi 24.06.2020, 19.00 Uhr

Ort:

Neureichenau

Yoga ist die Verbindung von Atem und Achtsamkeit. Yoga macht beweglich, kräftigt die Muskulatur und stärkt die Organe. Nimm dir Zeit für Yoga und damit Zeit für dich.

Mitveranstalter:

KEB, Yoga-Zentrum Bayerwald

Referentin:

Yogalehrerin BDY/EYU Elisabeth Gell

Kosten:

80 Euro

Hinweis:

Der Kurs erstreckt sich über 8 Termine á 90 Minuten.