

Yoga am Abend

Energie und Wohlbefinden mit Yoga

Di 17.01.2023, 18.00 Uhr

Ort:

Perlesreut, Naturheilpraxis Pinker, Waldenreuterstr. 10, Perlesreut

Der Wechsel von An- und Entspannung im Yoga bringt Körper und Geist ins Gleichgewicht. Leichte, dynamische und statische körperliche Übungen verbunden mit gezielter Atmung und Meditation erhalten und stärken die körperliche und geistige Gesundheit. Die Kurse sind für alle Altersgruppen, sowie für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet.

Ein Kursblock besteht aus 10 Terminen á 90 Minuten.

Mitveranstalter:

KEB, Naturheilpraxis Pinker

Referentin:

Manuela Pinker

Kosten:

120,00 Euro