

Yoga – Im Fluss des Lebens

Mi 05.02.2025, 17.00 Uhr - Mi 02.04.2025, 18.30 Uhr

Der klassische Ha-Tha-Yoga in Verbindung mit sanften, dynamischen Vinyasa-Yoga-Flows ist eine ganzheitliche und bewährte Form des Yoga. Durch gezielte Übungseinheiten - einige dynamisch im Atemrhythmus, andere in Ruheposition - wird auf harmonische Weise die Entspannung und Flexibilität des gesamten Körpersystems und des Geistes gefördert.

Die Kurse finden ausschließlich für individuelle Kleingruppen mit ausreichend Platz für jede/n Teilnehmer/in in einem schönen, gut belüfteten, angenehm warmen und lichtvollen Übungsraum statt. Auf Wunsch und nach Bedarf kann auch im Freien geübt werden.

Es handelt sich um einen Präventionskurs nach § 20 SGB V mit Zuschuss durch die gesetzliche Krankenkasse.

Hinterschmiding, Yoga-Häuschen Sommerland
Langfeld 63, 94146 Hinterschmiding

Mitveranstalter

KEB

Referentin

Claudia Bintl

Kosten

108 Euro

Hinweis

* Der Kurs erstreckt sich über 8 Termine á 90 Min, keine Kurseinheiten: 03., 10. und 17.11.
Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, Yoga- bzw. Isomatte, Woldecke und ein kleines Kissen mitbringen!

Anmeldung

08551/910367 oder sommerland-yoga.com

**mehr Infos &
Anmeldung**



VÖ: 2025-02-03 08:48:48