

YOGA MIT KATHRIN

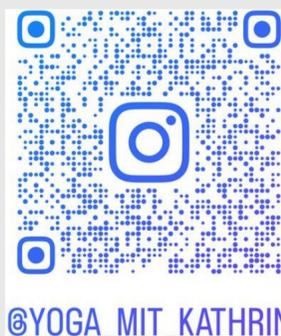


Termine Frühlingskurse 2025

dienstags,

29. April
6. / 13. / 20. / 27. Mai
3. Juni

Lindenhaus, Bärnzell 7, 94227 Zwiesel



Yoga - Sanftes Fließen

Sanfte, fließende Asanas
begegnen Atemübungen,
Meditation und Mantren.

Für Anfänger,
Wiedereinsteiger und Alle,
die sich gerne sanft
bewegen möchten.

17:30 - 18:45 Uhr

80 € / 6 Stunden
à 75 Minuten

Yoga - Dynamischer Flow

Fließende Asanas und
kräftigende Elemente treffen
auf Pranayama, Meditation
und Mantren.

Für alle Yogaerfahrenen oder
Sportaffinen, die sowohl
Dynamik als auch
Entspannung suchen.

19:15 - 20:30 Uhr

80 € / 6 Stunden
à 75 Minuten

Anmeldung:

Kathrin Köck

016099257156 oder yoga_mit_kathrin@gmx.de