

# YOGA MIT KATHRIN

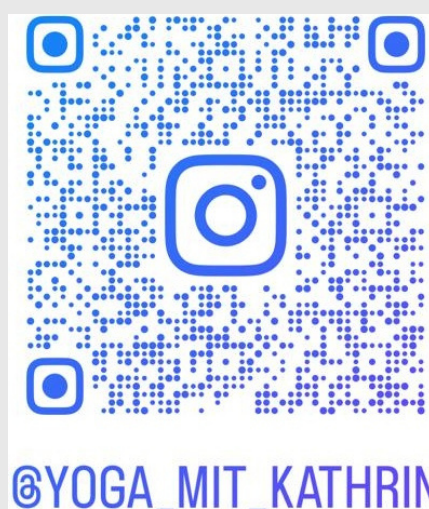


## Termine Frühlingskurse 2025

dienstags,

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

Lindenhaus, Bärnzell 7, 94227 Zwiesel



@YOGA\_MIT\_KATHRIN

### 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](mailto:yoga_mit_kathrin@gmx.de)