

## Special February 2022

**05. & 06.02.22**

### **WORKSHOP *Ashtanga Yoga***

mit Maria Schleicher

*Yogalehrerin (Hatha, Ashtanga), Ayurveda-Lifestyle-Coach*

Inhalt: Du erlernst an beiden Tagen die Ashtanga „Half Primary Series“ und bist nach dem Workshop bereit für deine tägliche Übungspraxis zu Hause. Wir üben mit viel Freude, Zeit & Leichtigkeit und es sind keinerlei Yoga-Vorkenntnisse erforderlich. Unterlagen und Übungsanleitung inklusive!

Samstag 14-17 Uhr / Sonntag 9.30-10.30 Uhr | Studio | 89,- €

**Anmeldung:** [info@frau-shanti.de](mailto:info@frau-shanti.de)

Frau Shanti Yogastudio :: Hochstrasse 11 :: 79291 Merdingen :: [www.frau-shanti.de](http://www.frau-shanti.de)