

Relax-Yoga

STUDIO

Montags 18.30 - 19.45 Uhr

mit Frau Shanti

ärztl. gepr. Yogalehrerin, Entspannungstrainerin, Schamanische Praktikerin

Vom Alltag abschalten. Mit Meditation, Pranayama und ausgleichenden Körperübungen lassen wir den Tag ausklingen und gönnen dem Geist etwas Ruhe. Harmonie pur.

Der Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet - es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Start: 28.2. | 8 x 75 Minuten | Paket-Preis 104 € | Einzelticket 15€ (Studio)/14€ (online)

Anmeldung: info@frau-shanti.de

Die Kurs-Daten lauten:

28. Februar

07. März

21. März

28. März

04. April

11. April

25. April

02. Mai