

Rücken-Yoga

IM STUDIO & ONLINE

Montags 20 - 21.15 Uhr

mit Frau Shanti

ärztl. gepr. Yogalehrerin, Entspannungstrainerin, Schamanische
Praktikerin

Dem Rücken etwas Gutes tun und wieder mehr Balance und innere
Stabilität erfahren.

Bauch- und Rückenmuskulatur werden gestärkt und die Wahrnehmung
für eine nachhaltige Rückengesundheit geschult.

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

Start: 28.2.22 | 8 x 75 Minuten | Ausgleich: 104 € |

Anmeldung: info@frau-shanti.de

Alle Termine im Überblick:

28. Februar

07. März

21. März

28. März

04. April

11. April

25. April

02. Mai

Frau Shanti Yogastudio :: Hochstrasse 11 :: 79291 Merdingen :: www.frau-shanti.de