

# Open Air Yoga

Historischer Innenhof & ONLINE

**Donnerstags 18.30 - 19.45 Uhr**

mit Frau Shanti

ärztl. gepr. Yogalehrerin, Entspannungstrainerin, Schamanische Praktikerin

Schnapp deine Matte – es geht raus an die frische Luft.

Ein Yogaeinheit unter freiem Himmel: mit Vogelgezwitscher, Sonne auf der Haut und Wind im Haar. Eine Yoga-Einheit für alle Sinne.

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: 23. Juni

6 x 75 Minuten | Paket-Preis 78 € | Einzelticket 15€ (Studio)/14€ (online)

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

Die Kurs-Daten lauten:

23. Juni

30. Juni

07. Juli

14. Juli

21. Juli

28. Juli