

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: 09. Mai

10 x 75 Minuten | Paket-Preis 130 € | Einzelticket 15€ (Studio)/14€ (online)

Anmeldung: info@frau-shanti.de

Die Kurs-Daten lauten:

09. Mai
16. Mai
30. Mai
13. Juni
20. Juni
27. Juni
04. Juli
11. Juli
18. Juli
25. Juli