

Yoga & more

Yogatraining in Spenge



Tag	Mittwoch	Freitag
Uhrzeit	9 - 10 Uhr	10:45 – 11:45 Uhr
Wo	Lönsweg 23, Spenge by KURSRAUM	Lönsweg 23, Spenge by KURSRAUM
Preis	6er Kurs 90 Euro	6er Kurs 90 Euro
Termine	15/22/29 April 6/13/20 Mai	17/24 April 8/15/22/29 Mai

Der Kurs findet statt bei 6 angemeldeten Teilnehmern!
Du sicherst dir eine Matte mit der verbindlichen schriftlichen Anmeldung
und der Bezahlung der Kurseinheit bis 1 Woche vor Kursbeginn!

Was dich erwartet:

- Sonnengruß mit den 12 Asanas als Übungsreihe
- Yinyoga für tiefe Entspannung
- Meditation & Visualisierung
- Unterstützung durch ausgewählte Duftöle



Für Anfänger:innen geeignet
Melde dich jetzt verbindlich an!
Telefon: 016090790600
E-Mail: alexandra@jacobsenweb.de
Instagram: yoga.and.more1