



Yoga - Kurs

Merkendorf



Yoga, als „eigenverantwortlicher Weg“ zu mehr
Gesundheit, Wohlbefinden, Freude, Glück usw. ... 😊

Lass dich von der „Philosophie des Yoga“
berühren:

- ... bring den Körper in achtsame Bewegung
- ... finde einen Weg, liebevoll mit deinem
Atem, Körperhaus und dir selbst zu sein ...
- ... vertraue deiner inneren Weisheit und der
Führung deines Herzens und ...
- ... lerne auf diese Weise, jeden Tag und das
Leben in Freude zu genießen 😊



Geeignet für: „ALLE“ -

egal ob Frau oder Mann, klein oder groß, jung oder alt, beleibt oder dürr,
beweglich oder unbeweglich, Anfänger oder Fortgeschritten ... - alle sind
„HERZ“lich willkommen 😊

Wo: 8344 Merkendorf, Gemeindezentrum 1. Stock

Termine: Donnerstags jeweils um 18:30

04. und 18.04., 02., 16. und 23.05., sowie 06. und 13.06.2024

Start: 04.04. 2024 um 18:30

Energieausgleich: 7 Einheiten á 90min. € 84,-/Einzeleinheit € 15,-

Anmeldung erforderlich: mind. 7, max. 12 Teilnehmer 😊

Anmeldung unter:

Rosmarie Leitgeb

Handy: 0660/35 62 843 (SMS/WhatsApp) / per email: rosmarie.leitgeb@gmail.com

Web: www.yoga-gitananda.com