

Yoga für Erwachsene im Waldbadviertel in Ostheim



Das Zeichen für OM in der alten indischen
Sprache Sanskrit.

Der YogaKurs montags



Ort: Lebensräume in Balance e.V.
Bertha-Benz-Karée 165, Ostheim

12 Termine: 18:30 Uhr – 20:00 Uhr
08.|15.|22.|29. April
06.|13.|27. Mai
03.|10.|17.| 24. Juni
01. Juli 2024

Kosten: Kurs €168 | Schnuppern: €12

Mitzubringen sind:

- ❖ Bequeme Yogakleidung
- ❖ rutschfeste Yogamatte
- ❖ Decke zum Unterlegen bei einigen Übungen
und zum Zudecken in der End-Entspannung
- ❖ warme Socken
- ❖ (Meditations-)Kissen

Info und Anmeldung jederzeit bei
Yogalehrerin Birgit Schiller

☎ 0163 737 9253

✉ yoga_birgitschiller@web.de