

Yoga - Angebote Frühjahr 2018

im ehem. dänischen Kindergarten Arnis
DO 11. Januar – DO 22. März 2018

Yoga am Morgen: DO 10:00 – 11:30 Uhr

→ Diese Yogastunde bietet dir eine dynamische Yogapraxis für einen kraftvollen und trotzdem ruhigen Start in deinen Tag. Atemübungen machen dich wach und beleben deinen Geist. Entspannungsübungen kommen nicht zu kurz und sorgen für Klarheit und Konzentration.

Yoga am Abend: DO 18:00 – 19:30 Uhr

→ Diese Yogastunde bietet dir eine sanfte Yogapraxis für einen ruhigen Ausklang deines Tages. Dehnung und Kräftigung deines Körpers unterstützen dich bei der Verarbeitung deines Alltags. Atemübungen harmonisieren deinen gesamten Organismus. Entspannungselemente entschlacken Körper und Geist. Für Anfänger geeignet.

Weihnachts-Angebot im Dezember 2017: 10 Termine für 85 €

Kosten ab Januar 2018: 100€ (10 Termine)

Probestunde: 5€

Teilnahme einzeln: 12 €

Informationen & Anmeldung



Lebens-funken

Wiebke Pommerening

www.lebens-funken.de

E-Mail: arnis@lebens-funken.de

Tel.: 0178/1696545