



das andere spa

Online-Hatha-Yoga

im November 2020



Sich selbst zu spüren, zu spüren, wie sich mit jedem Atemzug die Haltung mehr entfaltet, mehr Raum entsteht, Stabilität und Flexibilität sich entwickelt ist ein wesentlicher Aspekt beim Yoga üben. Yoga bedeutet Eins sein, Vereinigung, Verbindung. Eine Aussage, die so umfassend wie einfach ist. Die Stunden finden sowohl online wie auch mit 6 Präsenzplätzen statt. Bitte melden Sie sich dafür an.

„Man kann den Wert von Yoga nicht beschreiben, man muss ihn erfahren.“ B.K.S. Iyengar

ZEIT/KURSLEITUNG	TAG	DATUM
19:00 - 20:30 Uhr Daniela	Montag Erwachsene (jeweils 90 Min.)	7. / 14. Dezember
09:00 - 10:30 Uhr Daniela	Dienstag Erwachsene (jeweils 90 Min.)	1. / 8. / 15. Dezember
18:45 - 19:45 Uhr Daniela	Donnerstag Jugendliche (jeweils 60 Min.)	10. / 17. Dezember
20:00 - 21:30 Uhr Daniela	Donnerstag Erwachsene (jeweils 90 Min.)	10. / 17. Dezember
10:00 - 11:30 Uhr Daniela	Sonntag Erwachsene (jeweils 90 Min.)	20. Dezember

*ab 4 Teilnehmer finden die Kurse statt.

Yogastunde: 20,00 Euro (90 Minuten)
Privatstunde: 80,00 Euro (90 Minuten) 50,00 Euro (60 Minuten)
Probestunde: 10,00 Euro
Jugendliche 12,00 Euro

Anmeldung: www.livingsenses.net/hatha-yoga.html

Veranstaltungsort: Living Senses, Zieglerweg 9a, 82335 Berg
Tel.: 08151-2686480, info@livingsenses.net, www.livingsenses.net