

YOGA BASIC KURSE 2017

Dieser **Hatha-Yoga Basic Kurs** ist für alle gedacht die mit YOGA BEGINNEN oder die Yoga Basis (neu) aufbauen möchten.

In diesem Yoga Basic Kurs werden wir in die Yogawelt eintauchen, Einblicke in die Yogaphilosophie bekommen, die korrekte Ausführung der wichtigsten Yoga Asanas (Übungen) lernen, Pranayama (Yoga Atemübungen) üben, Hintergründe der Yogawelt kennenlernen.

Kurs INFOS:

Offener Kurseinstieg jederzeit möglich!

Kurs 1 ab Di 10.01.2017 von 19:30 – 20:45 mit Sonja Deutschmann

Kurs 2 ab Mi 11.01.2017 von 19:30 – 20:45 mit Sonja Preisinger

10 Einheiten FIX zu 75 Min. / EUR 110,00 (10 Termine hintereinander)

10 Einheiten variabler 10er Block / EUR 135,00 (kann variabel auch für andere Kurse verwendet werden.)