

Hatha Yoga Flow Kurs



donnerstags, 7. März - 27. Juni 2024
17:00 - 18:15 oder 18:30 - 19:45
im POSTSTUDIO OTTENSHEIM

Dich erwartet eine dynamische und kraftvolle Yogapraxis zur Stärkung Deiner Körpermitte. Alltagshaltungen werden gezielt ausgeglichen und Faszien gedehnt. Umrahmt wird jede Yogaklasse von sanften Bewegungen, Atemübungen und Meditationen, die einladen, sich fallen zu lassen.

für alle Levels und Einsteiger:innen geeignet



Anmeldung und Infos:
www.yoga-breath-movement.com

**kostenloses
Schnuppern**
am 7. März
Anmeldung vorab erbeten