



**AUS
ZEIT
HAUS**
Hohenlohe

YOGA

IM AUSZEITHAUS

mittwochs, 18:30 Uhr

8 Termine, 56 €

ab 12.04.2023 – 31.05.2023

auszeithaus-hohenlohe.de



Kreativer Fluss – Vinyasa Yoga verbindet Bewegung und Atem und bildet so eine Brücke zwischen Körper und Geist. Durch sanfte Übungen findest Du zu mehr Beweglichkeit, Leichtigkeit, Ruhe und innerer Stärke. Die Stunde soll Dir Freude bereiten und Dir zu mehr Wohlbefinden verhelfen. Die Asanas können so angepasst werden, dass sie für jeden machbar sind.

Bring bitte eine Yogamatte, eine Decke und ein Kissen mit. Gerne auch Yogablöcke und ein Meditationskissen, falls vorhanden.

Leitung: Martina Gleiß, Yogalehrerin

Dauer: 8 Termine, mittwochs
12.04. - 31.05.2023,
18:30 Uhr - 19:30 Uhr

Kosten: 56.- €

Ort: Auszeithaus Hohenlohe
Oberweiler2
74670 Forchtenberg-Wohlmuthausen

Anmeldung: tanja.grathwohl@auszeithaus-hohenlohe.de
07947/9430795 (11-13 Uhr)

oder

tinagleiss@gmail.com

0152/09923983 per WhatsApp