



YOGA 50+ IN GNEIS

...Für ANFÄNGER und GEÜBTE

..

Mi. 05.10.22 18.30 - 20.00h

Mo.10.10.22 18.30 - 20.00h

8 UE zu je 90 Min.

Anmeldung: telefonisch od. per
Mail an S. Goode B.A.

Erfahrene Dipl. Yoga Lehrerin

yogaschule@gmx.net

0699 11 699 648 u 0662 823949

YOGA in GNEIS

Kursleiterin: Sylvia Goode B.A.

Langjährig international tätige dipl. Yogalehrerin mit großer Praxiserfahrung.

Die Yogakurse bestehen aus sanften Körper-, Atem-, Konzentrations- und Entspannungsübungen. Sie sind für Menschen jeglicher Altersgruppe geeignet. Um die guten Auswirkungen dieser uralten Wissenschaft zu erfahren müssen sie es selbst probieren/praktizieren.

Gesundheit ist Reichtum, geistiger Friede ist Glück, Yoga zeigt uns den Weg!

