

yoga

FELDKIRCH

Freitag 18.30 – 21.00 Uhr Yoga zum Auftanken und Entschleunigen

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

- | | |
|------------|--|
| 27.09.2019 | Entspannung für den Schultergürtel (A / F) |
| 11.10.2019 | Kopfstand, Handstand, Schulterstand (F) |
| 15.11.2019 | Im Einklang mit dem weiblichen Zyklus (A) |
| 20.12.2019 | Regenerierende Asanas (A) |
| 24.01.2020 | Yoga für Männer zum Kennenlernen (A / F) |
| 21.02.2020 | Kraft für den Frühling tanken (A / F) |
| 03.04.2020 | Steh- und Sitzasanas (F) |
| 24.04.2020 | Kraft in die Mitte – Hüftgelenke, Becken (A / F) |
| 29.05.2020 | Regenerierende, kühlende Asanas (A) |

Kurskosten

€ 35.– | pro Abend

Der Kursbetrag ist am Kursabend bar zu bezahlen, kein Abgleich mit anderen Kursen möglich.

Kursort

Mehrzweckraum (Treppe außen, erster Stock)
Feldkirch | VMS Levis, Einfahrt Mutterstraße

GITTI ZEITLHOFER

M +43 (0)650 96 12 113, gitti@yoga-feldkirch.at

www.yoga-feldkirch.at