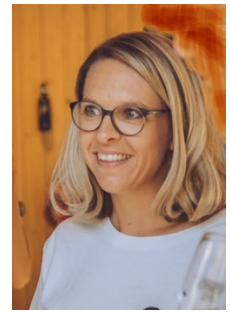


YOGA IN HOCKWEILER

Nimm dir Zeit für dich und deinen Körper



YOGA IN HOCKWEILER

Dieser Kurs richtet sich an alle: Jung und Alt, Groß und Klein, Bewegliche und Unbewegliche, Anfänger und Fortgeschrittene. Durch verschiedene Variationen der einzelnen Körperübungen – im Stand oder in Bewegung - bei Atem- und Achtsamkeitsübungen aber auch bei Meditation wird jeder sein Level finden.

Die Einheiten sind immer mit passender Musik begleitet.

Dies bringt innere Ruhe, macht zufrieden und sorgt dabei auch für einen beweglichen und gekräftigten Körper. Yoga tut einfach gut!

WER BIN ICH?

Mein Name ist Eva, ich bin ausgebildete Yogalehrerin, praktiziere selbst seit 10 Jahren Yoga und biete immer wieder Workshops und Kurse an. Ich weiß, wie gut Yoga tut und möchte dies gerne weitergeben.

WANN, WIE, WO?

Wann: Dienstag 18-19 Uhr (bei genug Anmeldung weiterer Kurs möglich)
Start: 15. November 2022 (Schnupperstunde am 25.10. auf Spendenbasis)
Wo: Gemeindehaus Hockweiler
Wieviel: 10er Block für 75€ (ab 8 Teilnehmern)

ANMELDUNG

Habe ich dein Interesse geweckt? Dann melde dich verbindlich an!

Bist du noch unentschlossen? Dann komme am

25.10. um 18h zum Schnuppern vorbei! (auf Spendenbasis)

Schreib mir eine Email an yoga@wasserschmitt.name

oder rufe mich an unter 0179-4670160.

KOMM MIT AUF DIE MATTE – ES WIRD DIR GUT TUN!

Ich freue mich auf dich!