

YOGA - SAMSTAGE

frisch und energiegeladen in den Tag

jeweils samstags von 9.30 – 11.30 Uhr

am 12. + 19.12.2009 und 02., 16. + 30.01.2010 und
am 13. + 27.02., 06. + 20.03. und 03.04.2010.

Kursgebühr: EUR 95.- pro Person für 5 Termine in Folge,
EUR 110.- pro Person für 5 Termine in 4 Monaten und
EUR 23.- pro Person für einzelne Einheiten.

Inhalte der Samstage sind:

Die Vertiefung von Asana, Atemübungen, Konzentration und Meditation und das Erlernen des Sonnengrußes (Surya Namaskar). Die morgentliche Praxis gibt Energie für den ganzen Tag, ist eine neue Erfahrung und schafft Anreize für eine regelmäßige Praxis für zuhause. Auch für Einsteiger geeignet.

Die Teilnehmerzahl ist auf 7 Personen begrenzt. Die Anmeldung wird durch die Zahlung der Gebühr in voller Höhe gültig und die verfügbaren Plätze in der Reihenfolge des Zahlungseingangs vergeben.

y o g a . r a u m
jürgen stoll

0177.4258031 www@yogaraum.biz
alexanderstrasse 46. 70182 stuttgart