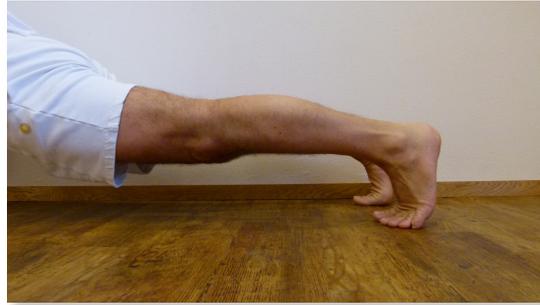


Yoga

der Weg zur inneren Harmonie und Gesundheit

Durch einen strukturierten Aufbau erlernst Du in wenigen Monaten die Grundzüge des Iyengar-Yoga. Im Vordergrund steht dabei die Entwicklung von Flexibilität und Kraft im Zusammenspiel mit Wahrnehmung und Entspannung.



Kurs C - September - Dezember 2024

Yoga in der Turnhalle Wittelsbacher Schule

Eingang Mundingstrasse gegenüber Nr.7, 86150 Augsburg

Donnerstag 17.45 - 19.15 h (13 x 90 Min. a 15 €)

Termine Donnerstag Kurs : 12.09. 26.09. 10.10. 17.10. 24.10. 31.10.
07.11. 14.11. 21.11. 28.11. 05.12. 12.12. 19.12. 2024

Yoga im GRÜNEN RAUM

Elisenstr. 1 , 86150 Augsburg (beim Hotelturn)

Montag 9.30-11.00 h + 14.00-15.30 h
(12 x 90 Min. a 15 €)

Termine Montag Kurs : 23.09. 30.09. 07.10. 14.10. 21.10. 28.10. 04.11.
11.11. 25.11. 02.12. 09.12. 16.12. 2024

Online Yoga via Zoom immer Montags 19 h und Donnerstags 9.30 h

www.eventbrite.de/e/yoga-praeventions-stunden-90-minuten-tickets-101465728726

Stephan Sprösser, Yogalehrer SKA
Tel. 0151 41825362 email: Stephan.Sproesser@t-online.de
website: www.stephan-sproesser-yoga.de

alle Yoga-Präventionskurse sind zertifiziert KRANKENKASSEN Zuschuss