

<http://www.susanneschiller.de>
0163/4161622 oder 07033/397033

new girls only

Der Yoga Kurs ausschließlich für Mädchen und junge Frauen!!!!!!!!!!!!!!

Für eine gute innere Balance und mehr Selbstbewusstsein.
Im Üben von Yogahaltungen lernst Du:

- wie deine Körperhaltung deine innere Haltung beeinflusst
- wie Du superschnell in kurzer Zeit entspannen kann und hinterher wieder fit bist
- was Du bei Regelschmerzen tun kannst
- U.v.m.

In einer kleinen Gruppe, mal allein oder in einer Partnerübung kannst du dich ohne Leistungsdruck ausprobieren. Sportlichkeit ist keine Voraussetzung (auch kein Hinderungsgrund). Einfach mal spontan vorbei schaun:

~~Freitag 7:00 bis 10:00 Uhr~~
Dienstag 17:00 bis 18:00 Uhr

Termine bis Sommer 2011:

April		12.04.	Ostern	Ostern	
Mai	03.05.	10.05.	17.05.	24.05.	31.05.
Juni		07.06.	Pfingsten	Pfingsten	28.06.
Juli		05.07.	12.07.	19.07.	

Die Kursgebühr beträgt für diese 11 Einheiten: 88 €



Markenlizenz Iyengar®-Yoga / info unter www.iyengar-yoga-deutschland.de