

YinYoga Kurse

Der sanfte Weg zur inneren Mitte



In meinem Kurs erwarten dich sanfte Übungen für innere Kraft und Harmonie. Unser Fokus liegt auf innerer Ruhe und der intensiven Dehnung des Faszienwebes.

Wir erlernen die korrekte Ausrichtung und das bewusste Spüren in der Bewegung, sowie grundlegende Atem- und Meditationstechniken.

Kurse – Einzeltraining

Termine: Beginn: 04. September 2019
Wöchentlich jeweils mittwochs von 09.00 – 10.15 Uhr
und 17.00 – 18.15 Uhr

Einstieg jederzeit nach Absprache möglich.

Für Jedermann geeignet, keine Vorkenntnisse erforderlich.

Kursbeitrag: 1 Einheit 14 Euro, 7x Block 84 Euro oder einzeln buchbar,
Schnuppermöglichkeit im laufenden Kurs auf Anfrage

Kursort: „Quelle zur Mitte“, Breite Gasse 12,
2540 Bad Vöslau –Gainfarn

Anmeldung & weitere Informationen:

Katharina Kölbl

Yogakurse
Diplomierte Shiatsu-Praktikerin
Humanenergetikerin
Liebscher und Bracht Bewegungsgruppen

Tel.: +43 699 10225181

E-Mail: k.koelbl@gmx.at

Adresse: Weinstockgasse,
2540 Bad Vöslau

Website: www.mein-bewegungsstudio.at
www.mein-shiatsu.at