Begleiten mit

yoga

Hatha Yoga in Hameln

» Bewegt und Entspannt - mit Yoga Stress abbauen «

Termine:
Mittwoch, 18.03. bis 20.05.2020
(nicht am 01. und 08. April)
8 x 90 Min. 9.45 - 11.15 Uhr
Kosten: 140 €

Ort:
Physiotherapiepraxis Matyschik
Hilligsfelder Str. 24
31789 Hameln

Anmeldung:
Jeannette Rokahr
Yogalehrerin BDY/EUY
Yogatherapeutin
TriloChi® Trainerin
mail: info@begleiten-mit-yoga.de
tel. 0173 - 2450462

Kursleitung:
Jeannette Rokahr

Dieser Yogakurs wird von der gesetzlichen Krankenkasse bezuschusst. AOK Mitglieder können einen Gesundheits-gutschein einlösen.

Pranayama

Yoga

Bewegung

Asan

meditation

Trilo

Chi

yoga dance

entspannung