



Begleiten mit

yoga

Präventionskurse Hatha Yoga

» Mit Yoga bewegt und entspannt « *

18.01. - 22.03.23

Mittwoch: 19.00 - 20.30

10 x 90 min. 187,50 €

» Mit Yoga Stress abbauen « *

19.01. - 23.03.23

Donnerstag: 09.30 - 11.00 Uhr

Donnerstag: 19.30 - 21.00 Uhr

10 x 90 min. 187,50 €

» Mit Yoga entspannt ins Wochenende « *

20.01. - 24.03.23

Freitag: 09.00 - 10.30 Uhr

Freitag: 16.30 - 18.00 Uhr

10 x 90 min. 187,50 €

TriloChi®

» entspannt in Bewegung - bewegt in Entspannung «

20.01. - 21.23.23

Freitag 18.30 - 20.00 Uhr

10 x 90 min. 187,50 €

* *Diese Yogakurse werden von der gesetzlichen Krankenkasse bezuschusst. AOK Mitglieder können einen Gesundheitsgutschein einlösen*

Ort:

Balance Bad Münders
Justus-von-Liebig-Weg 1
31848 Bad Münders

Anmeldung:

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



Begleiten mit

yoga

Workshops

Samstag, **21.01.23**

15.00 - 18.00 Uhr

» FaszienYoga «

Wertschätzung : 49 €

Samstag, **18.02.23**

15.00 - 18.00 Uhr

» TriloChi & ChiYoga «

Wertschätzung : 49 €

Samstag, **18.03.23**

15.00 - 18.00 Uhr

» TriloChi & ChiGong «

Wertschätzung : 49 €

Alle Preise sind inkl. MwSt.

