

YOGA

Ostermontags- Yogavormittag in WY Mo, 28. März 2016



Yoga. Atmen. Meditieren. Sich verbiegen, sich erforschen, sich entdecken.

Sonnengröße, Körper- und Atemübungen, dynamische Meditationen... Während draußen der Frühling Einzug hält, treffen wir uns im schönen ASKÖ-Dachgeschoß, klinken uns für 3,5 Stunden aus dem Alltag aus und beschäftigen uns mit uns selbst. Wir werkeln unsere Körper genüsslich durch, bis das Leben wieder von der kleinen Zehe bis in die Haarwurzeln spürbar ist.

Sowohl für EinsteigerInnen, als auch für Fortschreitende geeignet!

Lehrende: Eva & Susanne Karel

Ort: ASKÖ Dachgeschoß, Rehsulz 8,
3340 Waidhofen/Ybbs

Termin: Mo, 28. März 2016
9:30 - 13 Uhr

Preis: 40,-/ 30,- €*

Mitbringen: Decke

Infos: Mag. Eva Karel
0681/10418344
info@evakarel.at
www.evakarel.at



* Ermäßigungen gibt's für ASKÖ-Mitglieder und alle mit guten Argumenten.

— \ / < > = L
— — — — —
eva.karel