

YOGA

Vormittage in WY

So, 26. Sept, 27. Okt & 4. Nov



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

Drei Monate lang je ein Vormittagsworkshop.

Sonnengrüße, Asanas, Atemübungen, dynamische Meditationen... Während draußen die Blätter von Bäumen segeln rollen wir unsere Yogamatten aus. An drei Vormittagen klinken wir 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 Einsteiger, als auch für Fortschreitende geeignet!

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

Termin: So, 23. Juni 2013, 9:30 - 13 Uhr

Preis: 40,-/ 30,- €* pro Vormittag

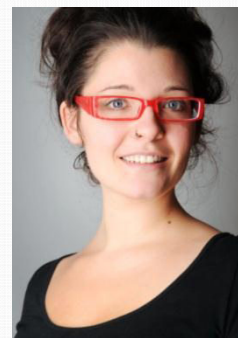
Mitbringen: Yoga-Ausrüstung (falls vorhanden) & Decke

Infos: Mag. Eva Karel

0681/10418344

info@evakarel.at

www.evakarel.at



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



eva.karel