Vana

Yoga und Bewegung



WÖCHENTLICHER KURS

Vinyasa Yoga

Wir verbessern in diesen dynamischen Einheiten gleichmäßig Kraft, Beweglichkeit und Balance. Wir lernen besser mit unserem Körper zu arbeiten und bewusster mit ihm umzugehen. Ideal für jeden, der gesund durchs Leben und ins Alter gehen will. Egal wo wir starten, wir können etwas zum Positiven verändern.

JEDEN MONTAG

18:00 – 19:00 Uhr

Bewegungsraum Kindergarten Senftenberg
Hofgarten 5, 3541 Senftenberg

PREIS — Schnupperblock · 30 € für 3 Einheiten

ANMELDUNG — WhatsApp 0676 5560795
oder über **www.vana-yoga.at**

GESUNDES SENFTENBERG | Tut gut!

Bitte eigene Matte mitbringen

Kontakt & Fragen

Max Gwiss

vana.gwiss@gmail.com · WhatsApp · 0676 5560795

Vana-Yoga