



MARKUS MÜLLER
YOGA STUDIO
Schongauer Str. 1
87665 Mauerstetten

YOGA Workshop für Beginner & Neugierige

Sonntag 11. November 2018 von 9:00 – 12:00 Uhr

Du möchtest gerne Yoga ausprobieren, oder hast eventuell sogar schon einmal in eine Yogastunde rein geschnuppert, oder schon öfters praktiziert? Dieser Workshop gibt dir die Möglichkeit ganz in Ruhe einen Einblick in die Welt des Yogas zu bekommen und wird dir auch eine gute Grundlage vermitteln für deine weitere Yogapraxis.

Du bekommst in den 3 Stunden (kl. Pause inbegriffen) einen Einblick was Yoga beinhaltet, eine Anleitung wie du deine eigene Wahrnehmung für dich steigern kannst und wie du dich in den wichtigsten Übungen (Asanas) richtig ausrichtest. Durch Yoga wird nicht nur dein Körper stabilisiert, sondern auch dein Bewusstsein.

Lerne dich kennen, indem du dich aktiv spürst, was dir letztendlich ein Gefühl von Leichtigkeit und Freude geben wird. Geeignet für Beginner und Yogaerfahrene.

Gebühr: 45,00 €
oder 3 x von deiner Punkte-Karte nehmen!

Anmeldung und Bezahlung der Gebühr ist bis spätestens zum 15.10.2018 erforderlich. Durch die Anmeldung per online Anmeldeformular erfolgt lediglich eine vorläufige Platzreservierung, die erst mit der Bezahlung der Gebühr eine feste Buchung wird. Eine Stornierung ist nach Deiner Buchung leider nicht mehr möglich, aber es kann dann gerne eine Ersatzperson den Workshop für Dich besuchen!

Info unter: Tel : 08341 / 99 8 70 70 | MOBIL : 0160 77 60 60 7



Website
www.markusmüller-entspannt.de



Facebook
www.facebook.com/MarkusMuellerEntspannt