

# Weekend YogaClass

Februar 2019



**MARKUS MÜLLER  
YOGA STUDIO**

Schongauer Str. 1  
87665 Mauerstetten

## Weekend YOGA-Class | Drehhaltungen - Twist's

**Sonntag 10. Februar 2019** von 09:30 – 11:30 Uhr

**Weekend YOGA-Class** sind verlängerte Yogastunden in Form eines **kleinen Workshops**, in dem bestimmte Themen behandelt werden, großer Wert auf genaue Ausrichtung und den dazu nötigen Erklärungen gelegt wird.

In diesem 2stündigen Workshop setzen wir den Focus auf Rotationsbewegungen um die Wirbelsäule und den dazu nötigen gerade ausgerichteten Rücken. Twist's massieren und stimulieren die Verdauungsorgane, können Verspannungen lösen, neutralisieren die Wirbelsäule und geben einem das Gefühl von Ruhe und Gelassenheit.

Gebühr: 29,00 €

oder 2 x von deiner Studio-Punktekarte nehmen!

Auf Grund von begrenztem Platzangebot ist die Anmeldung und Bezahlung der Gebühr bis spätestens zum 08.02.2019 gewünscht. 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 die Weekend YOGA-Class für Dich besuchen!

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



**Website**

[www.markusmüller-entspannt.de](http://www.markusmüller-entspannt.de)



**Facebook**

[www.facebook.com/MarkusMuellerEntspannt](https://www.facebook.com/MarkusMuellerEntspannt)