



## Ashtanga Yoga Schnupperkurs

Sie haben Lust etwas für Ihren Körper und Geist zu machen?! Dann kommen Sie zu einem unserer Ashtanga Yoga Schnupperkurs.

Beweglichkeit, Kondition und Kraft werden in fließenden Formen trainiert und Konzentration und Entspannung gefördert.

Die Schnupperkurse finden an folgenden Tagen statt:

Montag, den 23.08.2021 um 18Uhr  
Mittwoch, den 25.08.2021 um 18Uhr  
Montag, den 30.08.2021 um 18Uhr  
Mittwoch, den 01.09.2021 um 18Uhr

Bei Interesse und Rückfragen, spricht uns gerne an! 😊