

yogahaus oberhausen

wilhelmstraße 4 · 46145 oberhausen

yogahaus-oberhausen.de



Offene Yogastunden Sommerferien 2019



yogahaus oberhausen

wilhelmstraße 4 · 46145 oberhausen
yogahaus-oberhausen.de

Dieses Angebot ist für alle, die keine Unterbrechung der Yogapraxis wünschen. Jede Stunde kann einzeln besucht werden. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Herzlich willkommen sind auch Menschen, die den Yoga und uns kennen lernen möchten.

Einfache Yogahaltungen und meditative Übungen ermöglichen Erfahrungen, die allein durch ihre Wahrnehmung ruhig werden lassen. Sanft geführte Übungen bieten gemeinsam Entlastung vom Alltagsstress und fördern eine bewusste Lebensweise.

Jede Übungseinheit dauert 90 Minuten und kostet 13 Euro.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Sommer 2019

Dienstag,	16.07.19,	19.00 - 20.30 Uhr	(Heike)
Mittwoch,	24.07.19,	18.00 - 19.30 Uhr	(Thomas)
Freitag,	26.07.19,	17.00 - 18.30 Uhr	(Thomas)
Mittwoch,	31.07.19,	18.00 - 19.30 Uhr	(Thomas)
Freitag,	02.08.19,	17.00 - 18.30 Uhr	(Thomas)
Dienstag,	06.08.19,	19.00 - 20.30 Uhr	(Beate)
Mittwoch,	07.08.19,	10.00 - 11.30 Uhr	(Beate)
Freitag,	09.08.19,	17.00 - 18.30 Uhr	(Thomas)
Dienstag,	13.08.19,	19.00 - 20.30 Uhr	(Beate)
Mittwoch,	14.08.19,	10.00 - 11.30 Uhr	(Beate)
Mittwoch,	14.08.19,	18.00 - 19.30 Uhr	(Thomas)
Freitag,	16.08.19,	17.00 - 18.30 Uhr	(Thomas)
Dienstag,	20.08.19,	19.00 - 20.30 Uhr	(Beate)
Mittwoch,	21.08.19,	10.00 - 11.30 Uhr	(Beate)
Mittwoch,	21.08.19,	18.00 - 19.30 Uhr	(Thomas)
Freitag,	23.08.19,	17.00 - 18.30 Uhr	(Thomas)

yogakurse@t-online.de • tel: 0208/8 1095 32