

Termine

Dienstag, 27. Juli
19.00 Uhr
Beate

Dienstag, 3. August
19.00 Uhr
Beate

Dienstag, 10. August
19.00 Uhr
Beate

Dienstag, 17. August
19.00 Uhr
Beate

Yogastunden in den Sommerferien 2021

**Online und gleichzeitig auch im Yogahaus.
Im Haus sind die Plätze begrenzt.
Online gibt es keine Begrenzung.**

Dieses Angebot ist für alle, die keine lange Unterbrechung der Yogapraxis wünschen. Jede Stunde kann einzeln besucht werden. Eine vorherige Anmeldung ist 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

Kontakt

yogakurse@t-online.de
yogahaus-oberhausen.de
tel: 0208 / 8 10 95 32

