



Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Hatha-Yoga

Di 07.01.2020, 19.00 - 20.15 Uhr

Ort:

Pfarrkirchen, Kurswerkstatt, Äußere Simbacher Str. 21, 84347 Pfarrkirchen

Wir bieten in unseren Stunden kräftigende, fließende Asanas kombiniert mit entspannenden ruhigen Haltungen an. Der Atem steht immer im Zentrum der Bewegung. Ziel der Übungsstunde ist, dir als Schüler, mit Genauigkeit, ausführliche Hilfestellung zu bieten um sowohl Entspannungsabfolgen als auch fließende Bewegungssequenzen zu üben. Komm vorbei und probier Yoga für dich aus.

Yoga ist ein Geschenk, dir selbst näher zu kommen.

Referentin:

Sofia Fenner

Veröffentlichungsdatum: 20.01.2020

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)

84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44

Fax 08671 – 84 671

info@keb-ris.de

www.keb-ris.de