

SANFTER YOGA-MIX

Wir beginnen mit einer Meditation,
und Pranayama, gefolgt von sanften
Flows. Hatha und Yin Yoga werden
integriert.

Termine 2025:

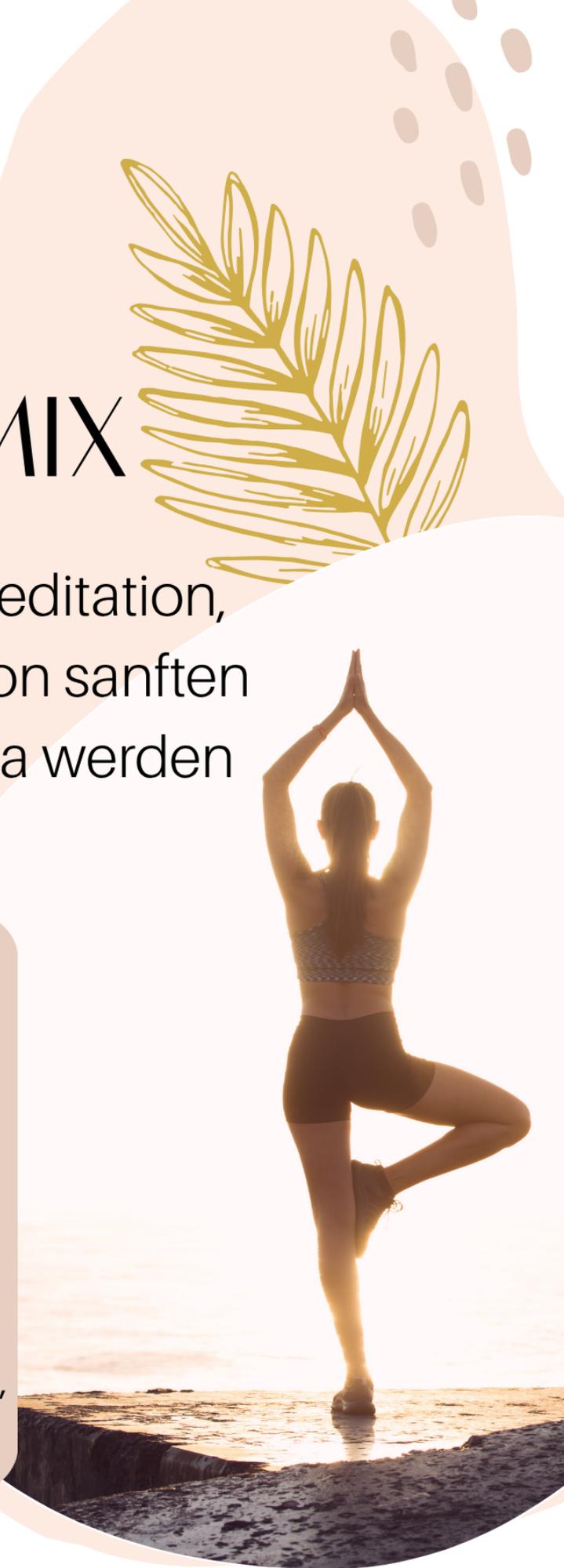
Donnerstag:

28.08./02.10./06.11./04.12.

Uhrzeit: 18.30-19.45 Uhr

Beitrag in 2025: 15 € statt 17 €

Gerne eigene Matte mitbringen,
ausleihen ist möglich



Anmeldung bei Sylvia Heidorn

Mobil: 0163-740 37 44, Mail: wellnessheidorn@gmail.com
oder online unter www.wellnessheidorn.de