

Yoga in Krebsow 2024

25. Januar - Licht

Sonnengröße intensiv

23. Februar - Yang & Klang

Kräftigung und Lebendigkeit

21. März - Entgiftung

den Körper auswingen

25. April - Freies Bewegen

23. Mai - Aufrichtung

Rücken stärken

20. Juni - Herzöffnung

Schultern kräftigen und Brustkorb weiten

19. September - Fülle

Hüftöffnung & Beinrückseiten

17. Oktober - Freies Bewegen

21. November - Yin & Atem

langes Halten, sanfte Praxis

12. Dezember - Balance

Standhaltungen &
Kriegervariationen



YOGA
ist HIER.



Wo: Scheune 27
Hauptstraße 27A
17495 Krebsow

Wann: Immer von 17:30-19:00

Teilnahme an allen Kursen: 160€ p.P.
Teilnahme Einzelkurs: je 18€ p.P.

Infos und Anmeldung:
laura.g@posteo.de

yoga-ist-hier.de

YOGA
ist **HIER.**