W4214T TriYoga Gentle Flow

Beginn	Mittwoch, 13.01.2027, 16:45 - 18:00 Uhr
Kursgebühr	90,75 €
Dauer	11 x
Kursleitung	Carina Israel
Kursort	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29

Es erwarten Sie fließende, sanfte, öffnende Asanas im Flow, kombiniert mit Atemtechniken und Mudras. Begegnung, Bewegung, Stille. In jeder Yogasession können Sie Wandler in der Zeit weg vom schnellen Leben zur Verlangsamung und bewusstem Sein werden. Erlernen Sie diese besondere Yogaform. Mit Begeisterung, Freude, höchster Achtsamkeit und absoluter Präsenz werden Sie von unserer Yogalehrerin begleitet. Der Kurs ist ganz besonders für Anfänger geeignet. Bitte mitbringen: Yogamatte, Yogagurt, ein Pärchen Yogablöcke, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken und evtl. kleines Kissen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
13.01.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
20.01.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
27.01.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
03.02.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
17.02.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
24.02.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
03.03.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
10.03.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
17.03.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
07.04.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29
14.04.2027	16:45 - 18:00 Uhr	Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29