# W4215T TriYoga Gentle Flow - Sommerkurs

| | |
|---|---|
| Beginn | Mittwoch, 16.06.2027, 16:45 - 18:00 Uhr |
| Kursgebühr | 41,25 € |
| Dauer | 5 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 |
|---|---|---|
| 16.06.2027 | 16:45 - 18:00 Uhr | Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29 |
| 23.06.2027 | 16:45 - 18:00 Uhr | Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29 |
| 30.06.2027 | 16:45 - 18:00 Uhr | Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29 |
| 07.07.2027 | 16:45 - 18:00 Uhr | Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29 |
| 14.07.2027 | 16:45 - 18:00 Uhr | Trostberg, Kindergarten, Schulstraße 29 |