



Sanftes Yoga zur Abendstunde



Anita Häußler bietet sanftes Yoga zur Abendstunde an.
Lasse den Tag mit einer behutsamen Yogastunde ausklingen. Nimm dir bewusst Zeit für dich, komme zur Ruhe und tue deinem Körper und Geist etwas Gutes.

Anitas sanfte Yogapraxis unterstützt dich dabei im Hier und Jetzt und vor allem bei dir selbst anzukommen.

Finde mit Ihr deine Routine für Selbstwahrnehmung im Alltag.

Beginn Donnerstag, 13.03.2025 bis 15. 05.2025

18:45 Uhr bis 19:45 Uhr

in der Sozialstation Abtsgmünd

7 Einheiten zu je 60 Minuten

35,- € für Mitglieder des Yoga-Vereins

56,- € für Nichtmitglieder

Anmeldung und Rückfragen unter

anita_haeussler@web.de