

KURSE 2021

Leider lässt uns die Corona-Situation nicht in unseren herkömmlichen Gruppen arbeiten. So habe ich mich entschlossen Onlinekurse anzubieten wie folgend:

- Montag 18.00 – 19.20 Uhr
Yoga für Fortgeschrittene
- Dienstag 9.00 – 10.20 Uhr
Körperarbeit – Franklin-
Methode®/Spiraldynamik®/Yoga
- Mittwoch 18.45 – 20.05 Uhr
Yoga für Beginner und leicht
Fortgeschrittene
- Donnerstag 9.00 – 10.20 Uhr
Yoga und Spiraldynamik
- Donnerstag 18.45 – 20.05
Yoga für Fortgeschrittene

Der nächste Kursblock mit vier Einheiten beginnt am 15. März, eine Einheit kostet € 10,-, bitte für genauere Infos per E-Mail anfragen, office@bewegung-bewegt.at die Zeit lässt langfristiges planen leider nicht zu.

Sobald es möglich ist, werden wir wieder im freien üben. Ich freu mich drauf!

YOGA & KÖRPERARBEIT

nach den Prinzipien der Spiraldynamik® und der Franklin-Methode®

