

Yoga, feel the flow

Hatha und Vinyasa Yoga vermischt in einem fließendem und dynamischen Ablauf. Abgerundet von ruhigen und haltenden Asanas (Yoga Positionen).

Stärke Deine Muskeln, dehne Deine Bänder und rege Deine Organe an. Die Atmung und die Musik unterstützen Dich. Deine Meridiane werden geöffnet. Für Ausgeglichen- und Zufriedenheit.

Wann: Dienstag, 19-20.00 Uhr
Ausführungsort: Yoga Studio 4, Vidmar Halle
Kosten: CHF 26.00 / 10er Abo CHF 240.00

