YOGA-KURSE

IN PÖCKING AM STARNBERGER SEE

Meine Kurse beinhalten all mein Wissen, meine Erfahrung aus zwei Jahrzehnten Yoga-Praxis und Studium. Ich kombiniere in jedem Block verschiedene Ansätze, Themen und Stile.

NEU

Du bekommst:

- Entspannung mit Yoga Nidra
- magische Vinyasa-Momente mit meinen eigenen Reihen
- tiefe Faszien- & Meridian-Momente mit Yin Yoga
- befreiende Atem-Momente für Dich und Dein Nervensystem
- Prana-Übungen und Übungen für Dein Nervensystem und
- abwechslungsreiche Yoga-Sets mit Kundalini Yoga!

Melde Dich jetzt an! Ich freue mich auf Dich!

Treffpunkt: Pfarrsaal der evangelischen Kirche, **Pixisstr. 2, in 82343 Pöcking**. Der Raum ist hell und groß und bietet gerade in der dunkleren Jahreszeit ein tolles Lichtkonzept. **Ein schöner Ort für unsere Yoga-Treffen: offen, herzlich, frei.**

Kursangebot:

Kurs 1: 5 x dienstags, **ab 20.02.2024**, jeweils 18.30 bis 19.45 Uhr (75 Min.) *

Kurs 2: 5 x donnerstags, ab 22.02.2024, jeweils 10.45 bis 11.45 Uhr (60 Min.) *

Kurs 1: 5 x dienstags, **ab 16.04.2024,** jeweils 18.30 bis 19.45 Uhr (75 Min.) *

Kurs 2: 5 x donnerstags, ab 18.04.2024, jeweils 10.45 bis 11.45 Uhr (60 Min.) *

* Verpasste Einheiten können in einem anderen Kurs im selben Kursblock-Zeitraum bei Verfügbarkeit nachgeholt werden!

Preise 2024:

5er-Block Yoga-Kurse je 60 Min. **89 Euro** | 5er-Block Yoga-Kurse je 75 Min. **103 Euro**

Anmeldung:

Schicke eine E-Mail an kontakt@sheyda-schreiber.de

Weitere Infos auf www.sheyda-schreiber.de