

Wolltest du schon immer mal - oder jetzt endlich zum Yoga gehen ?

Deine Vorstellungen über Yoga mit einer konkreten Erfahrung abgleichen?

Oder einfach mal ausprobieren, ob Yoga etwas für dich ist ?

Dann könnte dieses Angebot genau das Richtige für dich sein,- Du erfährst, was Yoga ist,- worum es dabei geht,- wie es deinem Körper und deinem Geist gut tut,- wie es dir helfen kann, Stress abzubauen und dich wohler zu fühlen. Einer der wichtigsten Aspekte beim Yoga ist, es gibt beim Yoga nichts zu erreichen, ich bin fest davon überzeugt, daß jeder Mensch Yoga praktizieren kann, wenn Du jetzt neugierig bist, dann freue ich mich darauf, dich kennenzulernen, dich anzuleiten und mit dir Yoga zu erfahren. Du brauchst nicht viel mitbringen, nur bequeme Kleidung, vielleicht eine Decke und Offenheit.

Die Kurse finden alle zwei Wochen Mittwochs von 09:30 Uhr bis 10:30 Uhr in den Räumlichkeiten von Stadt-Land-Leben (Moltkestraße 14 / Parkmöglichkeit am Schwanenteich) statt.

Die Kosten belaufen sich pro Person auf 7€ pro Yoga Stunde und werden von einem erfahrenen Yogalehrer durchgeführt. Die Gruppengröße wird bewusst auf 5 Personen begrenzt.

Anmeldung bitte unter: Info@Stadt-Land-Leben-Giessen.de 0641/94836574