



Liebe Yoga-Interessierte!

Es ist so weit und ich kann Euch ein paar neue Kurse anbieten und zwar in den Räumen des a.s.a.m. Klostersvereins e.V. im ehemaligen Franziskanerkloster Eggenfelden.

Wöchentlicher Kurs (i.d.R. als 10-er Block)

Mittwochs 10.30 Uhr bis 12 Uhr

Neuer Beginn am 16.11.2016

mit einem 5-er Block, Honorar 60 Euro

Alle sind willkommen, aber ihr solltet wissen, der Schwerpunkt liegt in diesem Kurs auf Basis-Übungen.

Workshops etwa einmal im Quartal Samstags 2 Stunden

zu speziellen Themen oder Fragestellungen je nach Interessenlage

Nächster Termin am 17.12.2016 ab 11 Uhr

Thema: Die Atemachtsamkeit verfeinern und den Atem als Stütze im asana erleben

Honorar 16 Euro

Um Anmeldung wird gebeten unter 08721/911074 oder per mail an dorisgraf.yoga@gmx.de

Bitte ruft mich an, wenn Ihr noch Fragen habt.