

Yoga Abendkurs 1

Data / Ora

mer., 15.01.2025

ore 17:30 - ore 19:00

Destinatari

Interessierte Anfänger:innen und leicht Fortgeschrittene

Referente

Alessandro Parmeggiani

Yoga-Vidya-Lehrer nach Swami Sivananda

Importo

169,00 € pro Person (15 Termine)

In 15 Abendeinheiten (jeweils am Mittwoch) laden wir Sie zu entspannenden Yoga-Übungen ein. Durch Meditation, Körper- und Atemübungen streben wir ein Gleichgewicht zwischen Körper und Geist an.