



Sanftes Yoga mit Yoga-Lehrerin Mag. Elke Prinz

Yoga ist Freude am Bewegen, neugieriges Entdecken meiner Kraft und meiner Flexibilität, liebevolles Umgehen mit meinem Körper und immer wieder der gelassene Blick auf meine Grenzen.

Offener Schnupperabend am
Montag 27. Februar 2017 17:30 – 19:00
Schnupperpreis 10 Euro.

Anmeldung unter e.prinz@adfontes-medizin.at
+43 (650) 600 1820 erforderlich.

Sanfter Yogakurs für Anfänger in der Kleingruppe mit Yoga- und Burnoutprophylaxe-Trainerin Mag. Elke Prinz

Yoga zeigt uns einen Weg, wie wir wieder in Kontakt mit dem eigenen Körper und dem Atem kommen, dabei den Geist beruhigen und zu einer ausgeglicheneren Grundhaltung gelangen.

Zudem ist in jeder Stunde Zeit zum Anzukommen, zum Lachen und einfach zum Sein. Weitere Schwerpunkte richten sich nach den Wünschen, Bedürfnissen und Voraussetzungen der jeweiligen Gruppe.

**Start am Montag 06. März 2017, 17:30-19:00, wöchentl.,
ausgenommen Feiertage.**

Einführungspreis 150 Euro statt 180 Euro für 8 Abende.
Sondertarife möglich.

Anmeldung unter e.prinz@adfontes-medizin.at
+43 (650) 600 1820 erforderlich.