

Yoga-Grundlagen Workshop

mit Kim & Anna

Samstag, 25. Mai 2019

13h – 15h

Niyama Yoga Studio

Falknerstrasse 35, 4001 Basel

50.-/ 40.- mit Niyama Abo



Info & Anmeldung:
kimgiaqu@hotmail.com
akiyhankhadiv@hotmail.com
www.niyama-yoga.ch

Bist du neugierig auf Yoga? Möchtest du Kraft und Flexibilität in deinem Körper entwickeln? Möchtest du zur Ruhe kommen und Entspannung finden? Probiere es einfach aus....

Dieser Workshop richtet sich an Anfänger und Yoga Einsteiger, sowie jene, die das Verständnis ihrer Praxis vertiefen möchten. Neben dem Üben von verschiedenen Yoga- Grundhaltungen und dem Kennenlernen von einfachen fließenden Sequenzen, erhältst du auch einen ersten Einblick in die Yoga-Philosophie. Kim und Anna führen den Workshop gemeinsam durch, das heisst eine individuelle Betreuung und Korrekturen sind garantiert.