



# KOPFSTAND WORKSHOP

mit Michèle und Alessia

Datum: 17.10.2021, 14:00-15:30

Ort: Niyama, Falknerstrasse 35, 4001 Basel

Kosten: CHF 30/25\*

Sprache: Deutsch und Englisch

Anmeldung wie üblich über den Niyama Kalender auf der Website

[www.niyama-yoga.ch](http://www.niyama-yoga.ch)

Kopfstand-Workshop für alle Level, auch Anfänger sind herzlich Willkommen. In diesem Workshop werden wir gemeinsam die Grundlagen des Kopfstandes erarbeiten und uns dieser Umkehrposition spielerisch annähern. Auch Fortgeschrittene sind in diesem Kurs gut aufgehoben. Für euch halten wir viele Variationen und Herausforderungen bereit.

\*reduzierter Preis gilt für Personen in Ausbildung & unlimitierte Niyama-Abos

