# **Yoga – Zeit für mich**

# **Yogakurse Mai/Juni**

###### Nimm Dir Zeit für Dich, gib Dir Kraft und Ausgeglichenheit

**Einstieg auch während des laufenden Kurses problemlos möglich,**

###### ♥ Anruf oder Email genügt ♥

# 

##### **Montags: ab 04. Mai – 7 Termine**

##### **18:15 bis 19:45** Hatha Yoga für Anfänger / Mittelstufe

##### **20:00 bis 21:30** Hatha Yoga für Mittelstufe / Anfänger

##### **Donnerstags: ab 07.Mai – 4 Termine**

##### **18:15 bis 19:45** Hatha Yoga für Anfänger / Mittelstufe

##### **20:00 bis 21:30** Hatha Yoga für Mittelstufe / Anfänger

#### Mitzubringen sind: lockere Sportkleidung, leichte Decke,

#### dünne Yogamatten, Kissen, Blöcke und Gurte sind vorhanden

weitere Infos und Anmeldung bei:

Heike Eggs-Weber, Yogalehrerin YogaAlliance YA,

**Tel: 0781 / 9904838 oder Mobil: 01522 / 745 3612**

**E-Mail:** [yoga-zeit-fuer-mich@gmx.de](mailto:yoga-zeit-fuer-mich@hotmail.de)

###### ♥ ♥ ♥ www.yoga-zeitfuermich.de ♥ ♥ ♥