



YOGALEBEN mit Martina Neues

Die meisten Menschen kommen zum Yoga, um die Flexibilität zu verbessern, den Rücken zu stärken, Verspannungen zu lösen, innere Kraft zu schöpfen.

Plötzlich bemerken sie jedoch positive Veränderungen, die Sie überraschen. Der Schlaf verbessert sich, die Konzentrationsfähigkeit erhöht sich, die Balance zwischen Körper und Seele verbessert sich und auch die Gelassenheit ist wesentlich erhöht.

Man fühlt sich einfach gut. Dies ist auch während den Yogastunden an dem ein oder anderen Gesicht der Teilnehmer zu beobachten. Allein aus diesen Gründen, verlassen viele Yogaschüler die Yogaklassen mit einem Lächeln im Gesicht und auch die Yogalehrer fühlen sich durch dieses bestärkt und bestätigt.

Termine:

Dienstag 20.30 - 22.00 Uhr

Samstag 16.15 - 17.45 Uhr

YOGALEBEN

Flexibele Trainingskarte

10x 12 Wochen gültig

€109,00

10x 16 Wochen gültig

€ 139,00

Erste Stunde ist Schnupperstunde