

NEW

YOGA KURSE

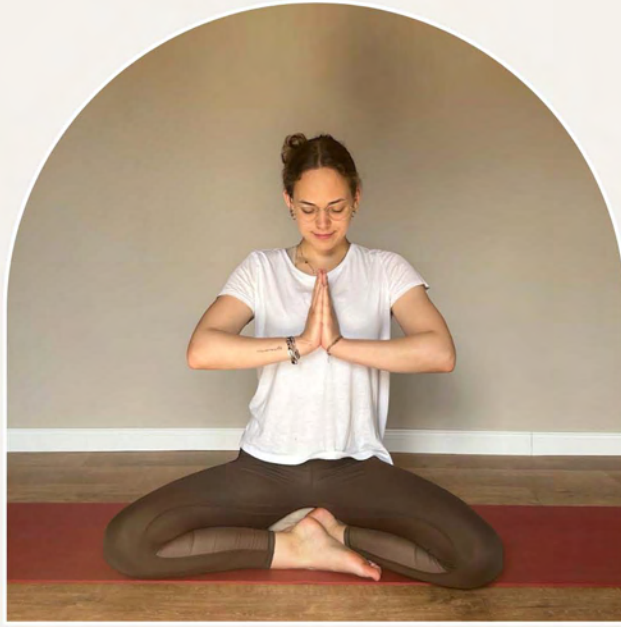
IN GREIFSWALD



ASHTANGA YOGA (AYI®)

Ashtanga Yoga fördert körperliche Stärke, Flexibilität, Ausdauer und innere Ruhe. Es ist eine ganzheitliche Praxis, die den Fokus auf Atmung, Körperhaltungen und Konzentration legt.

MONTAGS
18.30 - 20.00 UHR



YIN & RELAX

Der ideale Kurs um einen Ausgleich zu deinem Arbeits- oder Uni-Alltag zu finden, oder an deiner körperlichen Flexibilität und inneren Ruhe zu arbeiten.

DIENSTAGS
17.30 - 19.00 UHR



YOGA FÜR EINSTEIGER*INNEN

Du möchtest mit Yoga beginnen, oder hast eine längere Yogapause gemacht und möchtest wieder anfangen? Dann ist der Einsteigerkurs genau richtig!

DONNERSTAGS
17.45 - 19.00 UHR

Einstieg in allen Kursen jederzeit möglich!

Hier kannst Du Dich anmelden:

Panta Rhei:



(Eversports)

telefonisch:
03834 41 22 591

Bahnhofstraße 44-45
Altes Ärztehaus, 1. OG
17489 Greifswald

PANTA RHEI



YOGA
AYURVEDA
ENTSPANNUNG

