

Yogakurs in Muntlix, im Pfarrheim, ab Okt. 2023

- *für Männer und Frauen, - Anfänger und Geübte
- *ohne Altersbegrenzung
- *egal ob mehr,- oder weniger gewichtig
- *egal ob sportlich oder nicht gelenkig

Kurs 1:

Mittwoch 8:45 Uhr bis 10:00 Uhr

Start: 11. Oktober 2023/ Ende: 27. Dezember 2023

Kurs 2:

Mittwoch 17:00-18:15 Uhr (alternativ 20:00-21:15 Uhr)

Start: 11. Oktober 2023/ Ende: 27. Dezember 2023

Kurs 3:

Donnerstag, 10:30 Uhr bis 11:45 Uhr

Start: 12. Oktober 2023/ Ende: 28. Dezember 2023

Anmeldungen bitte bis spätestens 25. August 2023,

unter Tel.: +43 664 481 8080.

Der Preis für 75 Min. beträgt € 14,-. Ich unterrichte Hatha Yoga.

Bei meinen Kursen lege ich den Fokus auf Stärkung, sowie Dehnung,
und weniger auf den spirituellen Stil.

Irena Vergin,

Dipl. Yogalehrerin

In Kooperation mit dem Kath. Bildungswerk Muntlix

