



Yoga für alle

Kurs / Workshop

Yoga für alle

Dieser Yogakurs ist ein fortlaufender Kurs.

Du kannst jederzeit einsteigen.

Yoga für alle:

Eine bewusste Yoga Praxis fördert nicht nur deine körperliche Kraft und Beweglichkeit, vielmehr unterstützt sie dich, Verspannungen und Stress loszulassen und Bewegungen kennenzulernen, die dir kurz- und langfristig gut tun.

"Yoga für alle" eignet sich für dich, wenn du Yoga erstmalig ausprobieren möchtest, du eine Möglichkeit für deinen Wiedereinstieg suchst oder deine bestehende Praxis vertiefen möchtest.

In diesem Kurs steht nicht die Ausführung der Asanas im Vordergrund, sondern du und der bewusste, liebevolle Umgang mit deinem Körper.

Frei von jeglichem Leistungsdruck gibt es hier kein "richtig" oder "falsch".

Teile mit mir die Freude an achtsamer Bewegung mit dem Fokus auf einem positivem Körpergefühl und bewusster Atmung.

Komme an im Augenblick, komme ins Spüren und schöpfe daraus neue Kraft!

- Jeder Mensch kann Yoga üben, solange er atmen kann. -

(Krishnamacharya)

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Wann?

Termin(e)

Du kannst in diesen Kurs jederzeit einsteigen.

Kurszeit: Dienstags 20-21 Uhr

Kursleitung/Ansprechperson

wilma's tante

Kölnstraße 49, 50321 Brühl

Ann-Julie Geske

schreibuns@wilmastante.net

Alter des Kindes

altersunabhängig

Wo?

wilma´s tante

Kölnstraße 29

50321 Brühl

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Melde dich gerne über unsere Website, über Eversports (Link zum Kursangebot) oder per Mail bei uns an.

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

Memberships: Hiermit kannst du an allen fortlaufenden Kursen unbegrenzt teilnehmen.

Ein-Wochen-Membership: 20€/Woche

Ein-Monats-Membership: 68€/Monat

Drei-Monats-Membership: 65€/Monat

Sechs-Monats-Membership: 62€/Monat

Zwölf-Monats-Membership: 58€/Monat

Präventionskurse:

10er-Präventionskurs: 175€ (mind. 75€ Krankenkassenzuschuss)

8er-Präventionskurs: 165€ (mind. 75€ Krankenkassenzuschuss)

10er-Karte: 160€

Probestunde: 12€

3er-Starterpaket: 36€

Durchführende Organisation

wilma´s tante

Kölnstraße 29
50321 Brühl

Name Kontaktperson

Ann-Julie

Telefon

015126389528

Email

wilmastante@web.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)