

Yogaworkshop

Umkehrhaltungen – eine neue Sichtweise



Yoga-Workshop mit Eva Bomhard

am Samstag, 06. Juli 2019

von 10:00 bis 13:30 Uhr

Warum Umkehrhaltungen eine so starke innere Bewegung auslösen können, welche Übungen außer Kopf- und Schulterstand zur Gruppe der Umkehrhaltungen gehören und wie auch ungeübte Yogis in den Genuss der fantastischen Wirkung von Umkehrhaltungen kommen können, wirst du in diesem Workshop erfahren.

Keine Sorge, wenn dich der Gedanke an den Kopfstand eher abschreckt:

Für Einsteiger und Schüler, die aktuell körperlich nicht fit sind, gibt es auch einfache Umkehrhaltungen, die wohltuend wirken.

Beitrag: € 55,- (early bird bis zum 27.06.2019)
danach € 60,-

Ort: Yoga-Loft-Bruckmühl, Gewerbepark BWB 26a

Anmeldung: info@yoga-loft-bruckmuehl.de

