



Daniela Gröbmeyer
Inside Flow Yogalehrerin



Daniela Gröbmeyer
Inside Flow Yogalehrerin



Inside Flow Workshop

ALL YOU NEED IS INSIDE



Workshop mit Dani Gröbmeyer

am **Sonntag, 03.11.2019** oder **10.11.2019**
von **10:00** bis **11:30** Uhr

im **YOGA-LOFT** Bruckmühl / Heufeldmühle

Inside Flow ist eine moderne Version von Vinyasa.
Erlebe eine Stunde im Fluss, eine fließende Abfolge von Asanas geleitet von moderner Musik und lass Dich vom Takt der Musik durch die Yogaklasse tragen.

Stück für Stück werden Asanas und Übergänge erarbeitet, eine Choreographie, in der jede Ein- & Ausatmung in eine neue Körperbewegung führt.

Tauch ein und lass Dich ein auf ein modernes, dynamisches und kraftvolles Vinyasa und erlebe hingebungsvolle Momente, in denen Du Musik, Bewegung und Atmung miteinander verbindest.

Geeignet für Geübte und Fortgeschrittene.

Honorar:
€ 20.- (early bird bis zum 22.10.2019)
danach € 25.-

Anmeldung:
info@yoga-loft-bruckmuehl.de

Bitte den Termin 3.11.2019 oder 10.11.2019 angeben.
Wenn beide Termine möglich sind, dann beide.

