



# Yogaschule Nordbayern®

Kursleitung: Matthias Münz

Kursort: Nürnberg, Denisstraße 2

Wochentag: Donnerstag

Uhrzeit: 18.30

Kursbeginn: 10.01.2019

Kursgebühr: 130,00

Kurstitel: Yoga

Kursbeschreibung: Wechsel von dynamischen und statischen Asana in Verbindung mit Atem- und Körperbewusstsein.

Für mich ist Yoga die Kunst scheinbar Gegensätzliches zu vereinen. Kraft und Sanftheit, Präsenz und Gelassenheit, ganz bei sich sein und doch mit allem verbunden.

Die Yogakurse sind von der zentralen Prüfstelle für Prävention anerkannt und werden von den Krankenkassen gefördert.

Kurstermine:	1. Stunde	10.01.
	2. Stunde	24.01.
	3. Stunde	31.01.
	4. Stunde	07.02.
	5. Stunde	14.02.
	6. Stunde	21.02.
	7. Stunde	28.02.
	8. Stunde	07.03.
	9. Stunde	14.03.
	10. Stunde	21.03.