



Yogaschule Nordbayern®

Kurs:	Achtsames Yoga
Kursleitung:	Monika Mayer
Kursort:	Yogaschule Nordbayern , Nürnberg-Gostenhof
Wochentag:	Dienstag
Uhrzeit:	19.30 - 20.30 Uhr
Kursbeginn:	3. Mai 2022
Kursgebühr:	110 € für 10 Termine á 60 Minuten

Kursbeschreibung:

Wir üben achtsames Yoga in Anlehnung an die Tradition nach D.K.V. Desikachar.

Die Stunden beinhalten Körperübungen, Atemübungen und Rezitation.

Der Kurs ist in der Kooperationsgemeinschaft **gesetzlicher**

Krankenkassen zertifiziert.

Kurstermine:

1. 03.05.22
2. 10.05.22
3. 17.05.22
4. 24.05.22
5. 31.05.22
6. 21.06.22
7. 28.06.22
8. 05.07.22
9. 12.07.22
10. 19.07.22