



# Yogaschule Nordbayern®

Kursleitung: Monika Mayer

Kursort: Nürnberg, Denisstraße 2

Wochentag: Dienstag

Uhrzeit: 19.30 - 20.30 Uhr

Kursbeginn: 8. September 2020

Kursgebühr: 100 Euro

Kurstitel: Achtsames Yoga

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: 08.09.2020  
15.09.2020  
22.09.2020  
29.09.2020  
06.10.2020  
13.10.2020  
20.10.2020  
27.10.2020  
10.11.2020  
17.11.2020