



Yogaschule Nordbayern®

Kursleitung: Matthias Münz

Kursort: Nürnberg, Denisstraße 2

Wochentag: Donnerstag

Uhrzeit: 18.30

Kursbeginn: 09.01.2020

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.

Kurstermine:	1. Stunde	09.01.2020
	2. Stunde	16.01
	3. Stunde	23.01.
	4. Stunde	30.01.
	5. Stunde	06.02.
	6. Stunde	13.02.
	7. Stunde	20.02.
	8. Stunde	27.02.
	9. Stunde	05.03.
	10. Stunde	12.03.