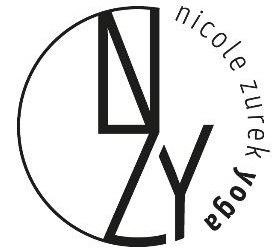




Yogaschule Nordbayern®

Kursleitung: **Nicole Zurek**
Kursort: online über zoom
Wochentag: **Donnerstag**
Uhrzeit: **18:30 – 19:30**
Kursbeginn: **22.07.2021**
Kursgebühr: 80,00 € (8 x) (Dieser Kurs ist krankenkassenzertifiziert)
Kurstitel: **Plus Size Yoga im Sommer**



Im Yoga geht es darum, den Geist zur Ruhe zu bringen. Und dazu braucht man keine Modellmaße! Mit diesem Kurs möchte ich Menschen mit Kurven die Möglichkeit geben, Yoga kennenzulernen und erste Erfahrungen zu sammeln. Mit einfachen Bewegungen, Atemübungen und Entspannung werden wir uns zusammen etwas Gutes tun.

Die Einladung zum jeweiligen Termin wird einige Stunden vorher per email verschickt. Ein späterer Einstieg in den Kurs ist nach Absprache möglich.

Termine:

- 1) 22.07.2021
- 2) 29.07.2021
- 3) 05.08.2021
- 4) 12.08.2021
- 5) 19.08.2021
- 6) 26.08.2021
- 7) 02.09.2021
- 8) 09.09.2021

