



Yogaschule Nordbayern®

Kursleitung: **Kerstin Losch**

Kursort: Erlangen, Gleiwitzer Straße 41

Wochentag: **Mittwoch** **Donnerstag**

Uhrzeit: **20:00 bis 21:00 Uhr** **19:00 bis 20:00 Uhr**

Kursbeginn: **16.09.2020** **17.09.2020**

Kursgebühr: 100,-- Euro pro Kurs

Kurstitel: Yoga zur inneren Balance- Im Fluss des Atems üben.

Kursbeschreibung: Im Yoga geht es darum, für sich seine Balance zu finden.
Eine Balance zwischen Beweglichkeit/Flexibilität, Kraft/Stabilität.
Mit Leichtigkeit im Fluss des Atems üben.

Kurstermine:	Mittwoch	Donnerstag
1. Kursstunde	16.09.2020	17.09.2020
2. Kursstunde	23.09.2020	24.09.2020
3. Kursstunde	30.09.2020	01.10.2020
4. Kursstunde	07.10.2020	08.10.2020
5. Kursstunde	14.10.2020	15.10.2020
6. Kursstunde	21.10.2020	22.10.2020
7. Kursstunde	28.10.2020	29.10.2020
8. Kursstunde	11.11.2020	12.11.2020
9. Kursstunde	25.11.2020	26.11.2020
10. Kursstunde	02.12.2020	03.12.2020
Special	09.12.2020	10.12.2020

In den Ferien und in der KW 47/2020, findet kein Yoga statt.