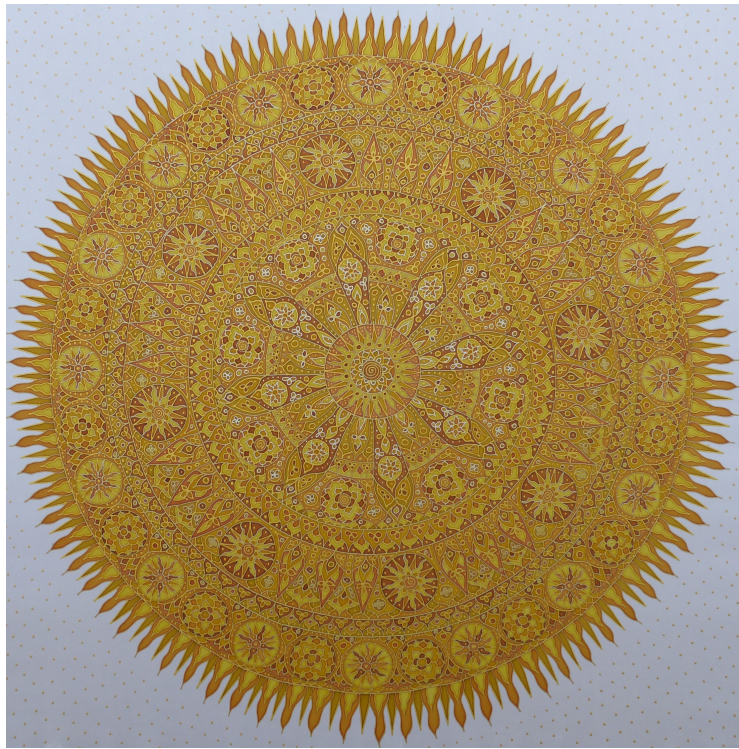




Yoga - Konzentration I

nur für Fortgeschrittene

Die aufeinander aufbauenden Kurse folgen dem 8-Stufen-Weg des Yoga nach Patanjali. Die Konzentration entspricht der 6. Stufe und erfordert daher entsprechende Kenntnisse des bisherigen Kursaufbaus. Die Kurse sind nach den Richtlinien des Bundes Deutscher Yogalehrer aufgebaut. Ein Kurseinstieg ist nur mit Vorkenntnissen des oben genannten Aufbaus möglich bzw. nach Rücksprache mit der Kursleitung.

Wir benötigen:	Decke oder Isomatte, bequeme Kleidung, warme Socken
Termin:	montags ab 6.02.2023, 18:00 bis 19:30 Uhr
Kursdauer:	12 x 90 Minuten
Kursort:	LiB-Mehrgenerationenhaus, Am Sulzbogen 56, FFB
Kursgebühr:	74,- € Nichtmitglieder 45,- € Mitglieder
Kursleitung:	Christine Grundei Telefon: (0 81 41) 1 68 69, E-Mail: c.grundei@gmx.de