

Yoga + ästhetische Bewegung
Entwicklung der Seelenkräfte

Herbst 2024

YOGA-KURSE 17.9. bis 19.12.2024

Montag	19.30 - 21.00	Wildhaus, Sunnehus	
Dienstag	9.30 - 10.30	18.00 - 19.30	Yogastudio Nofels
Mittwoch	17.00 - 18.30	19.00 - 20.30	Yogastudio Nofels
Donnerstag	9.30 - 10.30	19.00 - 20.30	Yogastudio Nofels

SEELENÜBUNG Textarbeit Meditation Donnerstag 17.00 - 18.30

SPEZIAL

wenige Übungen genauer: einen schönen Ausdruck entwickeln
90 min - Termine auf Anfrage bzw. kurzfristig



YOGASTUDIO NOFELS

Kohlgasse 3

Feldkirch

Petra Himmel

+43 676 5983573

yogapetra@posteo.at

www.yogapetra.net

Im Halbmond ergänzen sich zwei Bewegungsrichtungen: das Einsinken nach unten in Bodennähe und das Aufrichten nach oben bzw. Ausgleiten in die Rückwärtsbeuge.

Yoga
ästhetische Bewegung
Entwicklung der Seelenkräfte

Petra Himmel
+43 676 5983573
yogapetra@posteo.at
www.yogapetra.net

