

Kundalini Yoga Zentrum

Entspannen Ausruhen Erholen



Yoga-Unterricht in einer kleinen Gruppe im Kundalini Yoga Zentrum

Kundalini Yoga in einer kleinen, individuellen Gruppe praktizieren, zur Ruhe kommen, den Körper stärken, Kraft und Energie tanken, die eigenen Grenzen erfahren...

Erfahre dich, lass dich darauf ein, geh neue Wege ...

YOGA-KURS-ZEITEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	10:00 – 11:30	nach Absprache	10:00 - 11:30
18:00 – 19:30	18:00 – 19:30	nach Absprache	18:00 – 19:30
	(Männer-Yoga)		

Entscheide dich für einen Tag und Uhrzeit - das ist dein Kurs.

Der Ausgleich erfolgt in der ersten Yoga-Stunde für den beginnenden Monat.

Der monatliche Betrag hängt von der Anzahl des entsprechenden Tages im Monat ab.

Hat der Monat vier Montage, wird die Tagesgebühr 4x abgerechnet,

wenn es nur drei Montage im Monat gibt, wird die Tagesgebühr 3x abgerechnet.

Du kannst jederzeit einsteigen.

Komm und mach mit...

Bitte mitbringen:

Helle bequeme Kleidung aus Naturmaterialien, Socken, Wasser ohne Kohlensäure und ganz wichtig: 90 Minuten Zeit

und falls vorhanden:

Yogamatte, Decke, Sitzkissen

Kundalini Yoga Zentrum

Martina Markwart, Herford

Telefon: 0 52 21 - 2 36 72, E-Mail: sat_atma_ky (at) yahoo.de