Yoga im Freien

Ambito tematico
Yoga

Descrizione
Yoga - fit für den Bikini? Yoga verfolgt das Ziel Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Die Übungen werden achtsam und fließend ausgeführt und stärken unsere Atemkraft. Yoga verbessert unsere Wahrnehmung, löst Verspannungen und aktiviert unsere Selbstheilungskräfte. Dadurch erhalten wir Ausgeglichenheit, Lebensfreude und Vitalität.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
17.07.2024

Termine
21.08.2024

Numero giornate corso
6

dalle
19:30

alle
21:00

Durata
540 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
Petermannweg 7

Destinatari

Docenti
Katharina Dennert Zeller

Costo del corso
105 €

Termine per l'iscrizione
-

Agenzia/Ente

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS SUEDTIROL

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.
Email