

BODEGA MOVES®



Dynamisch, fließend, voller Lebensfreude -
hier darfst du alles geben und danach ein wunderbar
lebendiges Körpergefühl spüren.

Bodega Moves verbindet Yoga mit Workout -
für gute Laune, starke Muskeln und das wunderbare Gefühl,
ganz in deinem Flow zu sein.

Spür die Energie, die in dir wach wird, wenn Atmung und
Bewegung eins werden. Dieses Training schenkt dir Stärke,
Leichtigkeit und neue Motivation für deinen Alltag.

BODEGA MOVES®



TERMINE:

jän. 16.01./ 23.01./ 30.01.

feb. 13.02./ 20.02./ 27.02.

mär. 06.03./ 13.03./ 20.03./ 27.03.

FREITAG // 19:00-20:00 UHR

WO: physiotherapie:bergauf, Abtenau
-auch online per Zoom möglich-

10er Block: 140,--
Drop-in: 15,--

nach deiner Anmeldung und Bezahlung,
bekommst du die Zugangsdaten für den
Zoom-Raum von mir zugeschickt



0664-4842337



samrasana_yoga



www.samrasana-yoga.at