

HATHA YOGA



Tauche ein in eine Zeit für dich -
zum Durchatmen, Kräftigen und Loslassen.

In achtsamer Atmosphäre darfst du auftanken, deinen Geist
zur Ruhe kommen lassen und dich mit neuer Leichtigkeit
verbinden.

Schenke dir einen Moment, der Klarheit schafft und dir neue
Energie für den Alltag gibt.



HATHA YOGA



TERMINE:

jän. 15.01./ 22.01./ 29.01.

feb. 05.02./ 12.02./ 19.02./ 26.02.

mär. 05.03./ 12.03./ 19.03.

DONNERSTAG // 19:00-20:15 UHR

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

**10er Block: 160,--
Drop-in: 18,--**

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



0664-4842337



samrasana_yoga



www.samrasana-yoga.at