



MännerYoga in Purgstall

Yoga fordert und stärkt deine Balance, bringt dir mehr Beweglichkeit und Dehnung. Dazu kräftigt Yoga und wirkt in der Tiefenmuskulatur. Finde heraus was Yoga für dich alles sein kann und finde deinen perfekten Ausgleich zum stressigen Alltag.

Für Männer die neu im Yoga sind oder eine Basis aufbauen wollen.

Termine:

Schnupperstunde:

22.05.2023

Kurs:

05.06.2023

12.06.2023

19.06.2023

26.06.2023

03.07.2023

10.07.2023

17.07.2023

Kursbeitrag und Infos:

Schnupperstunde: **7€**

Kursbeitrag **7** Einheiten:

100€ statt 105€

Montags, 20.00 - 21.15 Uhr

GH Prinz, Purgstall

Mitzubringen:

eine Matte, bequeme Kleidung,

ev. eine Trinkflasche

Anmeldung und Infos:

Astrid Auer; 0677 63323230; astrid@wow-yoga.com