



S O M M E R Y O G A – wie ein warmer

Sommerwind:

leicht, frei und voller Energie

**Wir praktizieren rückenfreundliche, fließende Bewegungen
mit kräftigenden Asanas, bewußter Atmung und entspannenden
Meditationen.**

Geeignet für Yogaübende mit Grundkenntnissen und etwas Erfahrung.

Zeitraum: 06.07. - 10.08.2026, 6 Termine a 60 Min.

Montags von 10.00 – 11.00 Uhr

Kursgebühr: 60 €

KURSLEITUNG und Anmeldung : Yogalehrerin CHRISTEL GROSS

Tel: 0261 9732 0042

Kursort: Praxis Lebensfit, Hohenzollernstrasse 119, Koblenz

**AUFATMEN; DURCHATMEN UND DIE FÜLLE DES LEBENS
GENIESSEN**