



Morgen- Yoga am Samstagvormittag

Yoga für mehr Energie, Kraft und Vitalität

Nimm Dir die Zeit am Samstagvormittag und starte gestärkt mit Übungen aus dem Kundalini- Yoga in Dein Wochenende! Eine Tiefenentspannung und Meditation runden diese Stunde ab.

Achtung: die Yogastunde um 10 Uhr eignet sich auch gut zum Schnuppern! Um etwas tiefer ins Kundalini Yoga zu tauchen, eignet sich die Yogastunde mit Beginn um 07 Uhr!

Termine im ersten Halbjahr 2019

<u>Sa 12.01.19</u>	<u>7 – 9 Uhr</u>
<u>Sa 09.02.19</u>	<u>10 - 11:30 Uhr</u>
<u>Sa 02.03.19</u>	<u>7 - 9 Uhr</u>
<u>Sa 16.03.19</u>	<u>10 - 11:30 Uhr</u>
<u>Sa 06.04.19</u>	<u>7 - 9 Uhr</u>
<u>Sa 04.05.19</u>	<u>10 - 11:30 Uhr</u>
<u>Sa 18.05.19</u>	<u>7 - 9 Uhr</u>
<u>Sa 29.06.19</u>	<u>10 - 11:30 Uhr</u>

Die Kurse finden im **Seminarraum Eching**, Hollerner Str. 8 (Rückgebäude) statt.

Anmeldung und Rückfragen bitte per Email an m-furlani@web.de oder telefonisch/WhatsApp unter **0172/ 84 52 864**.

*Make yourself so happy that when others look at you,
they become happy, too. (Yogi Bhaajan)*