

M E D I C A L Y O G A

Yoga Kurs für Fortgeschrittene

8 Einheiten

Dienstags 17.30 – 18.30

Beginn: 12. Jan 2027

Kurskosten: 80.-



WINTER - FLOW



Grundlage im Medical Yoga sind Haltungen, Bewegungsabläufe und Atemtechniken des klassischen Hatha Yoga.