

Neu: VINYASA YOGA

10er Kurs:

15.01-19.03.18



Zehnerkurs: 15.01 - 19.03.18

Montag: 18.00 -19.30 Uhr

Kursbeitrag: 163 €

ODER

Fortlaufender Unterricht:

Montag: 21.00 - 22.00 Uhr

Monatstarif: 45 €

Durch die fließenden Bewegungen erlangt der Körper nicht nur ein hohes Energie- und Fitnesslevel, durch regelmäßiges Training können körperliche Dysbalancen abgebaut werden, Muskeln werden zugleich gelockert und gefestigt und der Geist wird frei. Auf diese Weise bietet Vinyasa Yoga ein Training, das zu einem gesunden, stabilen und ausgeglichenen Körpergefühl verhilft.

Kursstart bei genügend Teilnehmern.

Anmeldung unter 0621 46 26 009 oder per

Mail: info@movements-mannheim.de