
Gesundheit- unser wichtigstes Gut Hatha Yoga

Durch den ganzheitlichen Ansatz- in der Verbindung von unterschiedlichen Körperpositionen, Atmen und Entspannungstechniken verhilft Hatha Yoga zu besserem Körperbewusstsein stabilerer Haltung und mentaler Balance

Verfügbare Termine

Information

Kursdauer:	9 Einheiten
Kursbeitrag:	€ 0,00 (Preis auf Anfrage)
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	AbsolventInnen und interessierte Personen
Mitzubringen:	Bitte Yoga- oder Sportmatte mitbringen!!
