



Ein Yoga-Wochenende in Hildesheim

18.-20. September, 2020

Was ist zu erwarten?

Asana: von fordernd bis sanft, dynamisch bis statisch

Prānāyāma: Atem erleben, verfeinern und lenken, bündeln

Meditation: leicht sitzen – Stille

Eingeladen sind: Yoga-Geübte und Yoga-Lehrende

Kosten: 200,00 €

Der Ort: Natur-Heil-Praxis Sonja Trögner
Alfelder Straße 14a, 31199 Hildesheim