



Klassisches Hatha Yoga Gruppenstunde im Therapieraum ARKANA



Daten:

Dienstag 12.03.2024
Dienstag 19.03.2024
Dienstag 26.03.2024
Dienstag 02.04.2024
Dienstag 09.04.2024
Dienstag 16.04.2024
Dienstag 30.04.2024

Zeit:

Dienstags, 18:30-20:00

Kosten:

Einzelstunde 30.-
Probestunde: CHF 15.-
Quartalsabo ab Januar 2024: 280.-
Nur Barzahlung möglich.

Mitnehmen:

Bequeme, warme Kleidung, eigenes Tuch zum Zudecken.
Spätestens 1 Stunde vor der Lektion einen kleinen Snack einnehmen.
Bei Menstruation sind viele Stellung kontraindiziert, weshalb die Teilnahme nicht empfohlen wird.

Leitung:

Samuel Smits
Hatha Yoga Lehrer nach Sivananda, BYV
Kundalini Yoga Lehrer nach Yogi Bhajan
In Ausbildung zum Klassischen Hatha Yoga Lehrer

Bitte im Vorfeld anmelden:

direkt bei Samuel
oder Mail
info@arkana-therapie.ch