



Klassisches Hatha Yoga Gruppenstunde im Therapieraum ARKANA



Daten:

Dienstag 07.05.2024
Dienstag 21.05.2024
Dienstag 28.05.2024
Dienstag 04.06.2024
Dienstag 11.06.2024
Dienstag 18.06.2024
Dienstag 25.06.2024
Dienstag 02.07.2024
Dienstag 09.07.2024

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