



Advent Yoga

ONLINE LEKTION PER ZOOM

SONNTAG, 27.11.2022

Hatha Yoga / Erdung und Stabilisierung

SONNTAG, 04.12.2022

Hatha Yoga / Balance in Körper und Geist

SONNTAG, 11.12.2022

Yin Yoga / Präsenz im Hier und Jetzt

SONNTAG, 18.12.2022

Restorative Yoga/ Loslassen

Zeit live: 18.00 - 19.15 Uhr (75 Min.)

Aufzeichnung 6 Tage gültig

Kosten:

32.00 Fr. Einzellektion

120.00 Fr. Advent-Yoga Serie

Ich freue mich auf dich:

Nadine Schärer

078 221 88 25 (SMS, What's App, Signal)

info@nayopi.ch / www.nayopi.ch