

10 Jahre Schlossyoga

Tag der offenen Tür

Sonntag: 7.4.24

Tara und Bea laden euch herzlich ein

Programm:

- 10 Uhr** **Begrüßung**
- 10.30 - 11.30 Uhr** **Hatha Yoga Anfängerstunde (Tara)**
- 12 - 12.45 Uhr** **Qigong (Bea)**
- 13.15 - 14.15 Uhr** **Hatha Yoga mit Vorkenntnissen (Bea)**
- 14.45 - 16 Uhr** **Yinyoga mit Klang (Tara)**
- 16.30 - 17.15 Uhr** **Yoga Nidra (Bea)**
- 17.15 Uhr** **Abschluss**

Um Voranmeldung wird gebeten. Wir bitten um Verständnis, dass bei hoher Nachfrage nur 1 Programmpunkt möglich ist. Gerne setzen wir euch auf die Warteliste und geben rechtzeitig Bescheid.

beate.dehnert@gmx.de

TEL: 01735192940

Wir freuen uns auf euch.

Namaste