



Yoga

Draußen in der Natur auf einer Wiese im Obstgarten bieten wir Yogastunden für Anfänger und Mittelstufe an. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Finde durch die Einführung in die Yogapraxis zu einer tiefen Atmung und Achtsamkeit. Entdecke Wege zur Entspannung und zur Reduzierung von Stressreaktionen. Gewinne Kraft und Beweglichkeit.

Ort: Draußen im Obstgarten, Ponyhof Neuholland,
Nassenheider Chaussee 27, 16559 Liebenwalde

Termine 2021: Ab Mai Immer am dritten Samstag des Monats 15 Uhr

Preis: 20,- Euro/Person

Anmeldung: Tel. 033054/61029 oder email: anna@ponyhof-neuholland.de