

Yoga



ab Ostern 2024

Yoga am Abend:

Montag: 1 Kurs 17.30 Uhr – 18.45 Uhr

2 Kurs 19.00 Uhr – 20.15 Uhr

Ort: Kindergarten Minderach in Schwarzach

Kurs: 11 Einheiten € 165,-

Termine: 8./15./22./29. April, 6./13./27. Mai, 3./10./24. Juni, 1.Juli

Bitte um Anmeldung!

Ich freue mich, wenn du dabei bist! *Namaste'*

Yoga am Vormittag.

Mittwoch: 8.30 Uhr – 9.45. Uhr

Ort: Gemeindesaal Schwarzach

Kurs: 12 Einheiten € 180,-

Termine: 03. /10./17./24. April, 08./15./22./29. Mai, 5./12./26. Juni, 03. Juli

Bitte um Anmeldung!

Ich freue mich, wenn du dabei bist! *Namaste'*

Anmeldung und Information: Matte und Decke mitbringen!

Rigmor Denz

Schlattweg 22 6858 Schwarzach

mobil. 0664/188 90 85

mail. rigmor.denz@gmx.at

www.rigmordenz.com

www.yoga-achtsamkeitsschule.com

Bankverbindung: Hypo Landesbank: IBAN: AT195800010135778041

Aerobic, Rückentraining, Pilates, Yoga, Schmerzfrei Leben / Traditionelle Thaimassage
Schröpfkopfmassage und Schröpfen / Seh- und Augentraining / Yoga-Achtsamkeitsschule