

Yoga

Herbst 2026



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: 13 Einheiten € 230.-

Termine: 14. Sept., 21. Sept., 28. Sept., 5. Oktober, 12. Oktober, 19. Oktober, 2. November, 9. November, 16. November, 23. November, 30. November, 7. Dezember, 14. Dezember

Bitte um Anmeldung!

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

Yoga am Vormittag.

Mittwoch: 8.30 Uhr – 9.45. Uhr

Ort: Schlattweg 22, Schwarzach

Kurs: 13 Einheiten € 230.-

Termine: 16. September, 23. September, 30. September, 7. Oktober, 14. Oktober, 21. Oktober, 4. November, 11. November, 18. November, 25. November, 2. Dezember, 9. Dezember, 16. Dezember

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

Bankverbindung: Hypo Landesbank: IBAN: AT19 5800 0101 3577 8041

Yoga, Pilates, gesunder Rücken, Aerobic, Schmerzfrei Leben, Traditionelle Thaimassage, Geistige Wirbelsäulenausrichtung, Schröpfen, Seh- & Augentraining, YogalehrerIn Ausbildung in Achtsamkeit