



7.-11.8.2017 MORGENSTUNDE- YOGA FERIENWOCHE

7.30-8.30 Uhr, Montag bis Freitag

Im Sommer fällt das Aufstehen leichter, die Sonne ist bereits aufgegangen und der Trubel des Tages ist noch nicht über einen hereingefallen. Ich möchte mit Euch zusammen in den Tag starten und den Körper mit Yoga aufwecken.

Wir treffen uns im Offenen Raum/Bücher bei Frau Schmitt und genießen eine Stunde lang die feinen und genussvollen Übungen in der Stille. Zum Abschluss gibt es einen passenden Morgentee. Beschwingt und munter startet der Tag.

Es ist eine offene Gruppe, jeder kann von einem Tag bis zur kompletten Woche teilnehmen. Wer mag, kann nach den Ferien die Gewohnheit jeden Dienstagmorgen fortsetzen.



MIT YOGA
IN DEN TAG
STARTEN

MONTAG BIS FREITAG
EINE STUNDE AM
MORGEN
7.30 BIS 8.30 UHR

TEILNAHME VON 1-5
TAGE MÖGLICH

FÜR ANFÄNGER &
FORTGESCHRITTENE

IM OFFENEN RAUM/
1. OG BÜCHER BEI
FRAU SCHMITT

INNENRAUM – LUNA
YOGA STUDIO

63128 Dietzenbach
Telefon: 06074-2114407
Mobil: 0178-7996555

www.innenraum-yoga.de

Anmeldung erwünscht,
spontaner Besuch willkommen!