



Yogaprogramm 2010 mit EVA

Yoga for free in Schönbrunn

**jeden 2. und 4. Samstag
ab Mai 2010 von 10.30 – 11-15
nur bei Schönwetter**

**Termine ab 8.5.2010, verschiedene Inhalte wie Hormonyoga, Yoga für den
Kreislauf, Sonnengruß perfekt, Yogastile wie Vini-Yoga und Tri Yoga
Flows oder einfach auch die Möglichkeit Yoga kennenzulernen!**

Treffpunkt Seitentor Grünbergstraße bitte pünktlich zu Beginnzeit.
Programm ist sanftes Laufen um besser zu atmen und gesünder zu leben, Bauchatmung,
Körperübungen und Handlungsabläufe im Stehen in Form von Vini Yoga Flows und
Abschlussmeditation.

Spezielle Übungen bei diversen Belastungen.
Kosten pro Einheit in Schönbrunn: freie Spende
Achtung – ganz wichtig:

Bitte immer Anmeldung per Telefon oder SMS unter 0664/3660222!

Anmeldungen und weitere Informationen unter

0664/3660222

oder www.spirit-yoga.at

eva@spirit-yoga.at



**Yogaeinzelstunden im Institut Horizont (Vini Yoga und
Hormonyogatherapie) sind auf Anfrage möglich!**

Ich freue mich auf Ihre/Deine Anmeldung!

**„Folgt Eurem Weg mit unentwegter Beharrlichkeit und glaubt daran,
dass die schöpferische Kraft des Unendlichen hinter Euch steht.“**

**Yoga ist ein Weg der vielen kleinen Schritte, lass uns mit dem ersten
beginnen.**