

Hallo du wundervoller Mensch!

Sehnt du dich nach Entspannung und Ruhe, möchtest aber trotzdem was Gutes für Körper, Geist und Seele tun? Dann bist du bei Samata Yoga genau richtig. In meinen Yogastunden vermittel ich dir, wie du frei von jeglichem Leistungsdruck die Ruhe in dir selbst findest.

Neugierig geworden? Dann melde dich gerne bei mir!
Egal ob Anfänger oder Yogaprofi - bei mir soll sich jeder wohl fühlen.

<i>Wochentag</i>	<i>Uhrzeit</i>	<i>Was?</i>
Montags	17:30-18:45	Happy Belly Kurs (8 x 75 min) Eine ruhige Yogapraxis für alle werdenden Mamis.
Dienstags	07:00-08:30	Early Bird Yoga Starte den Tag mit einem Mix aus Yin & Vinyasa Yoga.
	09:45-11:00	Wunderzeit Kurs (8 x 75 min) Deine Mama-Baby Wohlfühlzeit.
	19:30-21:00	Vinyasa Yoga Fließe durch dynamische Yoga Flows.
Donnerstags	19:30-21:00	Yin Yoga Entspanne in lang gehaltenen Yogastellungen.

Preise entnehme bitte meiner Homepage. Yogastunden sind auch einzeln buchbar.

Samata Yoga

0160 / 967 47 166

Yogaraum im Hotel Winzerhof,
Maikammerer Str. 22,
67487 St. Martin

relax@samata-yoga.de
www.samata-yoga.de

