



Start 8.7.

Yoga im Sommer

Montag Gratwein/Straßengel

Termine: 13.7., 20.7., 27.7. und 3.8.2020, jeweils von 19.00-20.30
Treffpunkt Vereinsraum Gemeinde



Mittwoch St. Radegund

Termine: 8.7., 15.7., 29.7. und 5.8.2020, jeweils von 19.00-20.30
Lotos, Raum für Entspannung und zum Energie tanken

- 1 Einheit Euro 18,-,
- 2 Einheiten Euro 34,-,
- 3 Einheiten Euro 45,-,
- 4 Einheiten Euro 54,-

Bei **Schönwetter** gehen wir in die **Natur**

Um besser koordinieren zu können, bitte ich um **Anmeldung**. Danke
Findet ab 4 Teilnehmern statt. **Ich freue mich auf Dich!**
Komme in bequemer, warmer Kleidung, mit Matte und ev. Picknickdecke .

Anmeldung: Mag. FH Daniela Ladenstein, 0660/14 83 473, daniela@ladenstein.com

Herbst-Yoga Vorschau

Start 21.9.



Montag: Gratwein-Straßengel, Parkresidenz oder Gemeinderaum, **Start 21.9.2020**

- **sanfte Mittelstufe 18.15 - 19.45**
- **Mittelstufe, flows u. Meditation 20.00 - 21.30**

Mittwoch: St. Radegund, Lotos, Raum zum Loslassen und Energie tanken, **Start 23.9.2020**

- **Guten Morgen Yoga 9.00-10.30**

Mittwoch: St. Radegund, Lotos, Raum zum Loslassen und Energie tanken, **Start 23.9.2020**

- **sanfte Mittelstufe 17.30 - 19.00**
- **Mittelstufe, flows u. Meditation 19.30 - 21.00**

Freitag: Gratwein-Straßengel, Vereinsraum der Gemeinde, **Start 25.9.2020**

- **Guten Morgen Yoga 9.00 - 10.30**

Ich freue mich auf Dich!

Anmeldung: Mag. FH Daniela Ladenstein, Tel 0660/14 83 473, daniela@ladenstein.com

Meine kleinen AGB's: Die Anmeldung zum Kurs (mündlich, telefonisch, e-mail oder SMS) ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des Kursbeitrages. Der Kurs ist nicht übertragbar und es besteht kein Anspruch auf Geldrückgabe. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.