



Yoga im Tuch

Einsteiger Workshop

mit Katrin

Sonntag, 25.10.20

13:30 – 16:00 Uhr

Kosten: 39,-€

für divali Abo- oder Kartenbesitzer: 35,-€



Yoga im Tuch – Einsteiger Workshop

Für absolute Einsteiger und auch Nicht-Yogis sehr gut geeignet.

Wir **überlisten die Schwerkraft**. Yoga im Tuch ist eine **Kombination aus Dehnung, Muskelkräftigung, Bewegung und Entspannung**. Von leichten bis anspruchsvollen Yoga-Übungen, sowie Massage- und Entspannungstechniken ist alles möglich. Wir geben unser Körpergewicht einfach ab und **lassen uns vom Yoga Tuch tragen**.

Somit schulen wir unsere Körperwahrnehmung und erreichen mehr Bewegungsfreiheit.

Anmeldung erforderlich unter info@divali-yoga.de oder über [eversports](https://www.eversports.com).

divali yoga GmbH
Geschäftsführerin Katrin Siedhoff
Studio: Paul-Kosmalla-Str. 22
45472 Mülheim an der Ruhr

Sparkasse Mülheim an der Ruhr
IBAN DE50 3625 0000 0175 1623 80
HRB 31343
St.-Nr. 120/5739/2370

0176 – 646 29 722
info@divali-yoga.de
divali-yoga.de
[facebook.com/divaliyoga](https://www.facebook.com/divaliyoga)