

Yoga im Hotel Völserhof

DURCHATMEN, KRAFT TANKEN, SICH SELBST GUTES TUN



PROGRAMM:
für Anfänger bis Fortgeschrittene



Freitag, 19.05.2023			
2301	08.00-09.30	Aufrecht und entspannt in den Tag - Morgenyoga für den Rücken I	Marianne Bauer
2302	16.30-18.00	Achtsamkeit und Atem - Körper eigene Ressourcen entdecken	Marianne Bauer
Samstag, 20.05.2023			
2303	08.00-09.30	Aufrecht und entspannt in den Tag - Morgenyoga für den Rücken II	Marianne Bauer
2304	16.30-18.00	Faszien-Arbeit für Füße, Beine und Becken	Marianne Bauer
Sonntag, 21.05.2023			
2305	08.00-09.30	Aufrecht und entspannt in den Tag - Morgenyoga für den Rücken III	Marianne Bauer
Samstag, 27.05.2023			
2306	16.30-18.00	Be balanced - Yang und Yin Aroma Yoga	Katja Otter
Sonntag, 28.05.2023			
2307	08.00-09.30	Twist & Shine - Detox Aroma Yoga Flow	Katja Otter
2308	16.30-18.00	Be relaxed - Restorative Aroma Yoga	Katja Otter

PREIS PRO YOGA-EINHEIT: € 20,00

Für die Yogaeinheiten können als Einzeltickets direkt bei uns im Hotel oder als 5er und 10er Blocks auf www.gastein.com/tickets gebucht werden.

ES IST NIE ZU SPÄT, UM MIT YOGA ZU BEGINNEN!



Hotel Völserhof, Familie Lang
Pyrkerstraße 28, 5630 Bad Hofgastein
06432/8288, info@voelserhof.com, www.voelserhof.com

