



YOGA
FORUM
Rosenheim

YOGA

VERSTEHEN – ÜBEN – ERLEBEN

Krankenkassenzertifiziert



YOGA FÜR DICH

MEHR WOHLBEFINDEN UND FRISCHE
MIT YOGA

YOGA FÜR DICH

Nimm Dir Zeit für Dich.

In den Asanas beschäftigen wir uns ernsthaft und doch spielerisch mit uns selbst. Schmerzen können verschwinden und Dein körperliches und seelisches Wohlfühl steigt. **Das Leben erhält mehr Fülle.** Asana bedeutet wörtlich „sich zu den eigenen Lebenskräften setzen“.



Termine: Mo 18.00-19.30/ Mi 19.00 – 20.30, Do
17.30 – 19.00

Dauer: 12 x 90 Minuten

Kosten: 192,00 €

Einstieg jederzeit möglich

Rosemarie Held

Yogalehrerin (YF)

Fon 0170 3270107

rosemarie.held@yogaforum-
rosenheim.de

www.yogaforum-rosenheim.de

Unterrichtsort:

Waldorfkindergarten

Das Samenkorn

Schwaiger Weg 21

83026 Rosenheim