

SOMA YIN YOGA

Aus dem Kopf in den Körper.

Yin Yoga für
Nervensystemregulation,
freier Atem, innere Balance

Alle **Kurse** sind als
Präventionskurse
bei den
Krankenkassen
anerkannt.



KURSPLAN



Montag

Yin Yoga silence
10:00–11:15 Uhr



Dienstag

Yin Yoga & Hatha
18:00–19:30 Uhr



Dienstag

Yin Yoga deep
20:00–21:15 Uhr



Donnerstag

Yin Yoga deep
19:00–20:30 Uhr



Freitag

Yin Yoga & Hatha
08:30–09:45 Uhr