



Klassisches Hatha Yoga Gruppenstunde Therapieraum ARKANA



Donnerstag 09.01.2025
Donnerstag 16.01.2025
Donnerstag 23.01.2025
Donnerstag 30.01.2025
Donnerstag 06.02.2025
Donnerstag 13.02.2025
Donnerstag 20.02.2025
Donnerstag 27.02.2025
Donnerstag 06.03.2025
Donnerstag 13.03.2025
Donnerstag 27.03.2025
Donnerstag 10.04.2025

Zeit:

Donnerstag, 18:30-20:00

Kosten:

Einzelstunde 30.- (Probestunde: CHF 15.-)

10er Abo: 280.-

Nur Barzahlung möglich.

Mitnehmen:

Bequeme, warme Kleidung, eigenes Tuch zum Zudecken.

Spätestens 1 Stunde vor der Lektion einen kleinen Snack einnehmen.

Bei Menstruation sind viele Stellung kontraindiziert, weshalb die Teilnahme nicht empfohlen wird.

Leitung:

Samuel Smits; Hatha Yoga Lehrer nach Sivananda, sowie nach Dhirananda;
Kundalini Yoga Lehrer nach Yogi Bhajan

Einzelktionen bitte bis am Vortag anmelden:
077/535 06 46 oder info@arkana-therapie.ch