



ENTSPANNEN MIT HATHA YOGA

von der Krankenkasse bis zu 80% bezuschusst

03. Mai bis 21. Juni 2023
mit Barbara Luderer

Der Stress in deinem Leben hat dich fest im Griff? Du möchtest endlich wieder entspannen können, gut ein- und durchschlafen und genügend Energie für die Dinge zur Verfügung haben, die dir Spaß machen?

Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für dich: Du lernst dein Nervensystem in Balance zu bringen, Stresssymptome zu lindern, Ruhe und Entspannung zu finden.

Anmeldung per E-Mail an info@studio12-munich.com.

Barbara Luderer

ist Yogalehrerin mit über 10jähriger Unterrichtserfahrung. Sie macht die positive Wirkung von Yoga auf Körper und Geist auf achtsame und sanfte Weise für dich erfahrbar.

Kurszeiten

Mittwochs von 19:15 bis 20:45 Uhr.
03. Mai bis 21. Juni 2023.

Die Kursgebühr beträgt 230 € für 8 Termine.

Dieser Kurs ist für Krankenkassen zertifiziert und die Kursgebühr wird bis zu 80% übernommen.

STUDIO.12

POSSARTSTRASSE 12 . 81679 MÜNCHEN

+49 89.47 07 87 54 . INFO@STUDIO12-MUNICH.COM STUDIO12-MUNICH.COM