



YOGA SUMMER SATURDAY

mit

Regina Plaar

**Mit Yoga bei sich ankommen -
eine Reise durch den Körper**

**Samstag, 22. August 2020,
10.30 bis 13.00 Uhr**

**Ein Workshop mit
Fokus auf:**

Stabilität

Erdung

Weite

Kraft

Balance

&

Entspannung



Foto: Bodynova

Ort: Yoga Vitalis, Hauptstraße 389, 51143 Köln

Mehr Infos und Anmeldung: Regina Plaar, regina.plaar@gmx.de, 01590-615 90 71

Preis: 25,00 €

Passt für Beginner und auch für schon länger Übende, die ihre Praxis verfeinern möchten. (max. Teilnehmerzahl: 6)