

# Yogakurs in Heiligenkreuz

**Kräftigung** und **Dehnung** des Körpers  
**-Atemübungen** zur Harmonisierung -  
tiefe **Entspannung**,  
um neue Kraft zu schöpfen



**WO?:**  
**Turnsaal der Volksschule**  
2565 Heiligenkreuz, Nr. 50

**WIEVIEL?:**  
**Yogakurs**  
**(9 Einheiten):**  
**€ 135** pro Person.

**ANMELDUNG UND  
INFORMATION:**

**Clara Satya Bannert**  
0680/3005093  
satya@yorosa.at  
www.yorosa.at

**FÜR WEN?:**  
**Geeignet für Yogaanfänger**  
**und Fortgeschrittene!**

**WAS MITBRINGEN?:**  
Bitte bequeme  
Kleidung, eine  
Übungsmatte, eine  
Decke und ein Kissen  
mitbringen.

**WANN?:**  
Jeweils **Freitag, 17.30-19.00 Uhr**  
♣ ♣ ♣ ♣ ♣

**14.09.2018**

**GRATIS Schnupperstunde**  
♣ ♣ ♣ ♣ ♣

**Yogakurs Herbst 2018:**

**21.09., 28.09., 05.10., 12.10.,**

**19.10., 09.11., 16.11., 23.11.,**

**30.11.2018**