



Ayurveda & Yoga

Du möchtest schon vor der Arbeit mit einer kraftvollen Yogastunde starten, um schwungvoll und entspannt durch den Tag zu kommen?

In der Early Bird Yogasession kannst du dich mit gezielten Atemübungen und Affirmationen positiv für den bevorstehenden Tag ausrichten – und sanfte Flows genießen.

Early Bird Yoga

Jeden Mittwoch von 7:30 bis 8:30 Uhr

Wann: Mi, 4. Oktober 2023 bis 13. Dezember 2023

Wo: Yoga Gallery, Sigmund-Haffnergasse 3, 1. Stock

Kosten: 10 Einheiten € 150 / inkl. Ayurveda Paket € 200

Yoga & Ayurveda

Die Verbindung von Yoga & Ayurveda bringt beide Lehren in volle Entfaltung. **Jetzt zum Ausprobieren:** Early Bird Yogakurs inkl. einer Ayurveda-Teilkörper-Massage mit warmen Ölen im Laufe der Kursdauer.



Mittwoch
7:30 bis 8:30
Early Bird Yoga
in der
Yoga Gallery

Ayurveda & Yoga / Terminvereinbarung

Mag. Andrea Geir . Ayurveda Praktikerin . Yogalehrerin RYS 500+
andrea@yogarunde.at . T +43(0)676/954 72 53 . www.yogarunde.at