

EMYOGA 

ELISABETH MAIR | EMYOGA.IT

YOGA

EPPAN/APPIANO

@ZENTRUM TAU

via Pillhof Str. 37



WINTER
2026

HATHA VINYASA YOGA Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele. La pratica si basa sugli elementi base dallo Hatha integrando elementi dallo stile Vinyasa. Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.

MONTAG / LUNEDÌ ore 18.00 - 19.20 Uhr
12 JAN - 23 MAR 2026

(entfällt / tranne: 16.02.2026)

€ 160,00

10 Einheiten / 10 lezioni

Einstieg jederzeit möglich - Begrenzte Teilnehmer - Eigene Matte
Entrata possibile ad ogni momento - Posti limitati - Proprio tappetino

Parkmöglichkeit vor Ort / possibilità di parcheggio

€ 16 Erste Yoga Stunde / prima lezione di yoga € 20 Einzelstunde/ lezione singola

EMYOGA via Karl Wolf Str. 65 MERAN/O
elisabeth@emyoga.it T. +39 339 3559127 www.emyoga.it