

YOGA IM FREIEN / ALL'APERTO

BOZEN / BOLZANO @MARIAHEIM

NEUSTIFTERWEG 5 VIA NOVACELLA



EMYOGA
ELISABETH MAIR | EMYOGA.IT

SOMMER
ESTATE
2023

HATHA VINYASA YOGA

„Anfänger-Fortgeschrittene/Principianti-Avanzati“

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 Yoga, integrando elementi dallo stile Vinyasa.

Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.

26 JULY - 06 SEPTEMBER 2023

MITTWOCH/MERCOLEDÌ ore 19.00 - 20.20 Uhr

Yogastunde **entfällt** / lezione di yoga **sospesa: 16.08.2023**

! bei Regen wird der Kurs im MARIA HEIM abgehalten ! in caso di pioggia, il corso si terrà al MARIA HEIM

Eigene Matte / proprio tappetino; Parkmöglichkeit vor Ort / possibilità di parcheggio

€ 90 6 Treffen / per 6 incontri

€ 60 4 Treffen / per 4 incontri

€ 18 Einzelstunde / lezione singola

EMYOGA

ELISABETH MAIR T.+39 339 3559127 elisabeth@emyoga.it www.emyoga.it