

FINDING FLOW

START: 23.10.

DETAILS

Wann: 17.30 – 18.30

10er Block: 108.–

Einzelstunde: 14.–

gratis Parkplätze

Anmeldung erforderlich

kostenfreie

Schnupperstunde ist auf
Anfrage möglich

The Embodied Way

Eine fließende Yoga-Einheit erwartet dich, die dich in deinem Körper ankommen lässt. Der Fokus kann dabei auf der Atmung, der Kraft und Ausdauer, Flexibilität oder Balance liegen.

Die Endentspannung wird mit Shiatsu Berührungen und einer angeleiteten Achtsamkeitsübung intensiviert.

ORT

CrossFit 9020, Raiffeisenstraße 12H,
9020 Klagenfurt

JETZT ANMELDEN

info@alinarodrix.at

per WhatsApp:
0676 9318355

www.alinarodrix.at

Foto: Hetizia Fotodesign

