



YOGAKURSE SOMMER 2020

**Wir geben aufeinander acht.
Umso mehr ist es erforderlich auch wieder etwas nur für sich zu tun.**

Offene Klasse mit Voranmeldung.
Wir üben gemeinsam und jeder für sich.

Termine:
01.07., 08.07., 15.07., 22.07.
29.07., 05.08., 26.08., 02.09.

90 Minuten Yoga, € 14,00
Immer Mittwoch 18:30 – 20:00 Uhr

Schulungsraum Gemeindeamt Dietach, 2.Stock.



Wir richten uns natürlich nach den aktuell gültigen Corona
Vorsichtsmaßnahmen.

Leihmatten und Decken können daher leider nicht angeboten werden.
Bitte selber mitnehmen.

Blöcke und Gurte stehen zur Verfügung.
Um die gültigen Abstandsregeln einhalten zu können findet der Kurs im
großen Schulungsraum im 2. Stock der Gemeinde Dietach statt.

Es ist auch erforderlich sich vor Beginn der Stunde per SMS oder
WhatsApp anzumelden.

Voranmeldung vor jeder Klasse bitte an:
0650 2020573



**Abwehrkräfte stärken,
Beweglichkeit erlangen,
In Balance bleiben,
ausdauernd üben.**

**Dabei sich freudig
aufrichten,
achtsam die Orientierung
bei sich finden,
Klarheit der Gedanken
schaffen.**

Von **Work Life Yoga** wird auch
diesen Sommer wieder eine
offene Klasse angeboten, in
denen dies erlernt und vertieft
werden kann.

Zu den Klassen eingeladen sind
Männer und Frauen jeden Alters.
Egal ob Beginner*innen oder
schon länger Praktizierende.

Es gibt keine Einschränkungen.
Alles kann integriert, nichts muss
separiert werden.

Worauf also noch warten?

Manfred Steinmayr
Yoga Lehrer RYT 500
Pranayama Yoga Lehrer



Mobil: 0650/2020573
E-Mail: info@work-life-yoga.at
www.work-life-yoga.at/kurse

