

ESE30182 Flow Yoga - Livestream

Beginn Donnerstag, 04.02.2021, 19:00 - 20:00 Uhr

Kursgebühr 43,50 € (inkl. MwSt.)

Kursgebühr ermäßigt 35,00 € (inkl. MwSt.)

Dauer 10 Termine

Kursleitung Melanie Kraus

Kursort , ,

Flow Yoga basiert auf der Praxis des dynamischen Vinyasa Yogastils. Es werden Kraft, Ausdauer und Flexibilität trainiert. Ihr Atem führt die Bewegung und jede Bewegung wird mit einer Ein- und Ausatmung synchronisiert. Es erwarten Sie kreative und abwechslungsreiche Yogaflows, bei denen Sie auch mal schnell ins Schwitzen kommen. Wenn Sie zu den Personen gehören, die eine sportliche Yogapraxis mögen und Freude an der Bewegung haben, dann ist dieser Yogastil genau das Richtige für Sie!

Der Kurs nicht für Einsteiger geeignet.

Ein Einstieg ist nach Kursbeginn noch möglich.

Sie benötigen eine Matte, bequeme Kleidung, ein Kissen und eine Decke.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
04.02.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
11.02.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
25.02.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
04.03.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
11.03.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
18.03.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
25.03.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
15.04.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
22.04.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream
29.04.2021	19:00 - 20:00 Uhr	Livestream

[zur Kursdetail-Seite](#)