

Yoga im XL-Format

Bei diesem Special - Event erwartet dich eine unvergleichliche Yoga-Erfahrung im XL-Format! Tauche ein in eine dreistündige Yoga-Session, die alle Facetten des Yoga abdeckt, angefangen bei Atemübungen (Pranayama) über Körperübungen (Asanas) bis hin zur geführten Entspannung in der Abschlussphase (Savasana). Diese Herausforderung wird deine persönlichen Grenzen erweitern und dich fragen lassen, ob du 3 Stunden Yoga am Stück bewältigen kannst. Wage es, öffne dich für dieses einzigartige Erlebnis und genieße Yoga in seiner vollen Pracht.

Am Ende der Session erwartet dich zudem ein kleiner Snack mit Tee und Gebäck. Eine perfekte Gelegenheit, um das Erlebnis gemeinsam mit anderen Yoga-Enthusiast*innen abzurunden.

Ich freue mich auf deine Teilnahme!