



GESUNDES
KRUMMNUSSBAUM |



YIN YOGA

Übungen zum Entspannen und zur Verbesserung der Gesundheit.

Mit Körperübungen wirst Du beweglicher, nicht nur in der Wirbelsäule, sondern auch im ganzen Körper. Das wirkt sich positiv auf das körperliche und emotionale Wohlbefinden aus.

**Yin Yoga geht tief – Yin Yoga als perfektes Workout für Faszien,
Yin Yoga gleicht aus, Yin Yoga ist meditativ –
Yin Yoga als Praxis für die Innenschau.**

ab Mittwoch, 3. April, 18-19.30 Uhr

MS Krummnußbaum

Kosten: € 110,-

gefördert von der Gesunden Gemeinde Krummnußbaum

Kursleitung:

Mag. Marzena Moschinger

Zertifizierte Yogatrainerin

Anmeldung bis 28.2.: Kleinregion Nibelungengau, [nibelungengau@poechlarn.at/](mailto:nibelungengau@poechlarn.at)
0699/ 14240313



www.noetutgut.at