



NEUBEGINN mit Yoga

Nach jeder Veränderung erfolgt immer ein Neubeginn.

Anusara® Yoga Kurs für Neubeginner*innen.

Termine:

21.09., 28.09.,
05.10., 12.10., 19.10.,
02.11., 09.11., 23.11., 30.11.,
14.12.,

Immer 19:00 – 20:30 Uhr

Alte Schäferei, Wehrgrabengasse 35, 4400 Steyr.

10 Einheiten, 90 Minuten Yoga, € 150,00



Manfred Steinmayr,
Yoga Lehrer, Pranayama Yoga Lehrer



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

*Gemeinsam und doch jeder
für sich beginnen wir einen
neuen Yoga Weg zu
beschreiten.*

*Dabei werden wir unsere
Kräfte wieder stärken, mehr
Beweglichkeit erlangen,
In Balance bleiben,
ausdauernd üben.*

*Uns dabei freudig
aufrichten,
achtsam die Orientierung
finden,
Klarheit der Gedanken
schaffen.*

*Zu dem Kurs eingeladen sind
Männer und Frauen jeden
Alters mit oder ohne Yoga
Erfahrung.*

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

Worauf also noch warten?





WORK LIFE YOGA HERBST 2020

Es ist in diesem besonderen Herbst nötig, sich selber Gutes zu tun.

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

Termine 2020:

16.09., 23.09.,
14.10., 21.10., 28.10.,
04.11., 11.11., 25.11.,
09.12., 16.12.

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

Yogaraum Zehetner, Kriftnerberg 3, 4407 Dietach



Leihmatten und Decken können leider nicht mehr angeboten werden. Bitte selber mitnehmen.
Blöcke und Gurte stehen zur Verfügung.

Wir halten Abstand, die Teilnehmeranzahl ist daher begrenzt und es ist erforderlich sich vor Beginn der Stunde per SMS oder WhatsApp anzumelden.

Voranmeldung vor jeder Klasse bitte an:
0650 2020573



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

**Sich dabei freudig
aufrichten,
achtsam die Orientierung
finden,
Klarheit der Gedanken
schaffen.**

Work Life Yoga wird diesen besonderen Herbst eine offene Klasse anbieten, 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

