



Neuer Kurs



Primetime Afterwork Yoga

Wann: 20:15 Uhr-21:15 Uhr

Wo: Walther-Richter Halle,
Schäfflestraße 20
60386 Frankfurt am Main



Wer: Erwachsene jeden Alters,
keine Vorkenntnisse notwendig



Was erwartet mich:

- Traumreisen
- Pranayama (Atemübungen)
- Asanas (Körperübungen)
- Meditation