



WE DO YOGA

Wir erkunden gemeinsam den Weg des Yoga. Verschiedene Bewegungsabfolgen, Atemtechniken und Meditationen können uns dabei unterstützen Kraft zu tanken und zur Ruhe zu kommen. Dabei sind keine Vorkenntnisse nötig, jede*r kann mitmachen!

Dienstags

11:00 - 18:00 Uhr

Hybrid: Leonhardstr 20a, 90443 Nürnberg (3G) & online via Zoom

Anmeldung unter: weyoga@weintegrate.de

mit Yvi Pesch & Jeanette Lienert