

anatomy yoga



Eine Serie für Yogateacher und Interessierte Yogis, die ihr Wissen rund um die Anatomie vertiefen möchten. Diese Stunde ist weniger eine fließende Asanapraxis sondern eher ein Sammelsurium an Informationen rund um den Körper und entsprechende Übungen und Sequenzen. Die Serie kann nur als Ganzes gebucht werden.

jeweils donnerstags - 12. Januar bis 2. Februar, 9 - 10.30 Uhr
im Studio oder via Zoom (kann bis zu 5 Tage nachgeschaut werden).

Teacher: Alex

Preis: 160.- für alle 4 Module (im Jahresabo und als Schüler/in des 200h und 300h tt 50%)