



SOMMER 2022

YOGA FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

KinderYoga – Ananada Jyoti Yoga

Fördert eine gute Haltung und verfeinert die Motorik. Sehnen, Muskeln und Gelenke werden gedehnt und entspannt. Darüber hinaus bekommt das Kind über Körperbewußtsein, mehr Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein. Weiterhin wird die Konzentration gefördert und der Geist beruhigt.

Yoga mit Jugendlichen – Ananda Jyoti Yoga

Yoga mit Jugendlichen ist speziell auf die körperlichen und geistigen Bedürfnisse in der Zeit des hormonellen Umbruchs abgestimmt.

In dieser Entwicklungsphase,, in der sich der Körper verändert und auch die Gefühle gerne mal überschwappen, hilft Yoga zu mehr Ausgeglichenheit, einem guten Körpergefühl und verbessertem Konzentrationsvermögen.

Abturlenten und Studierende auf Anfrage.





SOMMER 2022
YOGA FÜR KINDER UND
JUGENDLICHE

Ort:

Manuyoga, Kapfenburgstr. 40 a, 70469 S-Feuerbach

Freitag 15.30 - 16.30 Uhr, 5 - 9 + Jahre

Freitag 16.30 - 17.30 Uhr, 12 - 16 + Jahre

Kurs I: 5 x 60 min, 10.03. - 07.04.2022

Kurs II: 5 x 60 min, 29.04. - 03.06.2022

Kurs III: 5 x 60 min, 24.06. - 22.07.2022

Kursgebühr: je 75 €

In den Ferien und am 27.5. findet kein Unterricht statt.

Anmeldung und Info: Carmen Altinmakasci
Mobil: 0176 48166620 oder E-Mail: a@icloud.com

Überweisung zu Kursbeginn auf folgendes Konto;
Volksbank Stuttgart, IBAN DE83 6009 0100 02291090 04





SOMMER 2022

YOGA FÜR ERWACHSENE: ANANDA JYOTI YOGA

Yoga für Erwachsene

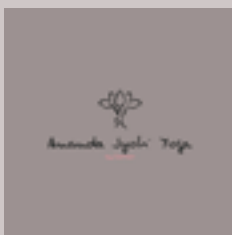
In diesem Kurs werden die Übungen des Hatha-Yogas durch Imagination vermittelt und dadurch intensiviert.

Die Übungsabläufe können auf eine erweiterte Weise praktiziert und vor allem erlebt werden.

Freiere und neue Empfindungen und auch Lebenskräfte entstehen.

Der Übende bekommt eine viel tiefere und individuellere Beziehung zur Übung und zu sich selbst.

Abturlenten und Studierende auf Anfrage.





SOMMER 2022
YOGA FÜR ERWACHSENE:
ANANDA JYOTI YOGA

Ort:

Manuyoga, Kapfenburgstr. 40 a, 70469 S-Feuerbach

Freitag 17.30 - 18.30 Uhr

Kurs I: 10 x 60 min 11.03. – 03.06.2022

Kurs II: 10 x 60 min 24.06. - 18.11.2022

Kursgebühr: je 150 €

In den Ferien und am 27.5. findet kein Unterricht statt.

Anmeldung und Info: Carmen Altinmakasci
Mobil: 0176.48166620 oder E-Mail: a@icloud.com

Überweisung zu Kursbeginn auf folgendes Konto;
Volksbank Stuttgart IBAN DE83 6009 0100 02291090 04

