



EVENTS IM FRÜHJAHR 2020

# Fließ' durch dein Vinyasa Workshop mit Lisa

**DONNERSTAG, 12.03.2020,  
19 UHR**

ANMELDUNG ÜBER E-MAIL AN  
OFFICE@MAKTUB-YOGA.AT ODER  
ÜBER EVERSPO RTS.

MEHR INFOS UNTER [WWW.MAKTUB-YOGA.AT](http://WWW.MAKTUB-YOGA.AT)

# WORUM GEHT'S BEI DEM WORKSHOP?

Vinyasas sind aus einer unseren Klassen kaum wegzudenken. Sie kräftigen den ganzen Körper und helfen uns dabei im Atemrhythmus zu fließen. In diesem Workshop gehen wir die verschiedenen Arten des Vinyasas Schritt für Schritt durch und werden bald merken, dass es in dieser Sequenz leicht ist, unseren Kopf auszuschalten und einfach zu fließen. Ab 4 Personen findet der Workshop statt.

PREIS: 25€



maktub yoga