



Quantum Yoga

11.07.

Vata (Element Luft)

...ist eine Methode, die dir hilft deine individuelle Praxis zu kreieren.

25.07.

Pitta (Element Feuer)

...ermutigt dich, deine Gefühle und Empfindungen auf körperlicher und mentaler Ebene bewusster wahrzunehmen.

08.08.

Kapha (Element Erde)

...verbindet uraltes Wissen aus dem Ayurveda mit dynamischem Vinyasa-Flow-Yoga.

22.08.

Kapha Intensiv

19.00-21.00 UHR

Casa Ananda
Alberstraße 9, 8010 Graz
Raum „Azur“, 2. Stock

Weitere Infos und Anmeldung:

www.janinyoga.com
do.janinyoga@gmail.com