

YOGA Forum Nürnberg

Susann Rittner | Fenitzerstraße 27 (direkt am Fenitzer Platz)
90489 Nürnberg | Tel. 0173 / 99 70 807
info@yogaforum-nbg.de | yogaforum-nbg.de

zertifizierter Yoga-Unterricht auf Wissenschaftlicher Grundlage nach der Lehre von Adj. Prof. Reinhard Bögle, Yogaforum München e.V.

Yoga an Weihnachten / Neujahr

vom 22.12.2025 – einschließlich 04.01.2026
entfallen die regulären Yoga-Kurs bei mir

In dieser Zeit finden einzelne Yoga-Übungseinheiten a 2 Stunden statt, zu den von Euch gewünschten folgenden Terminen und Themen:

Montag, 22.12.2025 / 15:00 – 17:00 Uhr € 20
Die Bewegungen der Hüftgelenke

Samstag, 27.12.2025 / 15:00 – 17:00 Uhr € 20
Stress-Regulation und Schlaf aus der Sicht des Yoga

Montag, 29.12.2025 / 15:00 – 17:00 Uhr € 20
Hände und Füße als wichtige Handlungsorgane im Yoga

Freitag, 02.01.2026 / 15:00 – 17:00 Uhr € 20
Die Atmung aus der Sicht des Yoga

Bitte per e-mail anmelden

Beste Grüße Susann