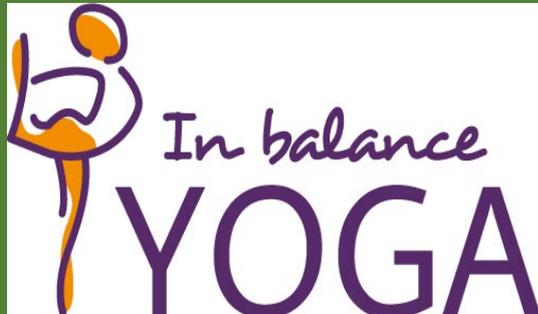




Gesunde Gemeinde  
**Hitzendorf**



**mit Andrea Finus**

**Beginn 09. JUNI 2021  
von 17.30 – 19.00 Uhr  
in der Kirschenhalle  
10 Einheiten zu je 90 min. € 120,00**

**Lebensqualität | Einheit | Stressresistenz**

### **Hatha Yoga wirkt.**

1. Rücken- und Kopfschmerzen
2. Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich
3. Konzentrationsprobleme und
4. Schlafstörungen

Ziel ist es, Yoga für jeden interessierten zwischen 16 und 86 Jahre zugänglich zu machen. Jeden Kurs bereite ich individuell und konzeptionell vor, ergänze und ändere entsprechend dem jeweiligen Befinden, Kenntnisstand und Entwicklung meiner Teilnehmer.