

FRANCESCA – I. QUARTAL 2020: 6. JAN. – 11. APRIL

SPORTFERIEN: 15. – 22. FEBRUAR

III, 2

tatra pratyaya-ekatānatā dhyānam

Der stetige, ununterbrochene Strom
der Aufmerksamkeit
führt zum Zustand der Meditation.

iyengar  yoga zürich

13 LEKTIONEN: 390.00 / 325.00* / 2X PRO WOCHE: 715.00 / 585.00*
(*REDUKTION: STUD./AHV/IV)

QUARTALSBEITRÄGE BITTE VOR DEM NEUEN QUARTAL BEZAHLEN ODER ÜBERWEISEN AUF:
PC KONTONUMMER 30-95507-3 > FRANZISKA AEBI, 8046 ZÜRICH > IBAN CH910900 000030 0955073

YOGA-SAMSTAG MIT FRANCESCA

ZEITEN: 9.00 – 12.00 UHR / KOSTEN: FR. 70.00

VORAUSSETZUNG: MIND. 2 JAHRE REGELMÄSSIGE IYENGAR YOGA PRAXIS

1. FEBRUAR

„WINTERSTILLE“ ASANA PRANAYAMA MEDITATION

7. MÄRZ

„DAS IMMUNSYSTEM STÄRKEN“ ASANA UND PRANAYAMA“

4. APRIL

„EINE ÜBUNGSPRAXIS ZUHAUSE AUFBAUEN“

FRÜHLINGSFERIEN: 11. – 25. APRIL 2020

FRANCESCA AEBI: FRANCESCA@IYENGAR-YOGA-ZURICH.CH | M 076 434 23 83
WWW.IYENGAR-YOGA-ZURICH.CH
