

Group Fitness

YOGA-Special

Samstag, 18. März 2023

mit Bea M.

09:45 - 10:10	Coretraining
10:15 - 10:40	Technik (Hände, Füße, Wirbelsäule, Ausrichtung) & Pranayama-Atmung
10:45 - 12:10	Yoga & Yoga Nidra

Kursreservation ab 24h vor Kursbeginn via Website und App!
Weitere Infos findest du hier:



Dein ACTIV FITNESS-Team
Meilen

ACTIV
FITNESS