YOGA - *Kraft, Beweglichkeit und Gleichgewicht für Körper, Geist & Seele…*

Ob bei Sonnenuntergang am Meer, morgens auf der Hotelterrasse oder als aktive `Coffee-Break´ während der Konferenz… **Yoga entspannt und gibt neue Energie!**

Kursangebot:
Yoga für Anfänger / Fortgeschrittene
Yoga Bodywork (Partner- Yoga), Yoga für den Rücken

Yoga - Privatstunden 70-75 Min.: 70€ · 90 Min.: 80 € (Gesamtpreis für 1-3 Personen)

Nach kurzem Eingangsgespräch wird die Yogastunde ganz auf Ihre Trainingssituation abgestimmt, ob Aufbau und Entspannung der Rückenmuskulatur, Atemtechniken für mehr Energie und Ausgeglichenheit oder fordernder mit dynamischen Yoga-Flow Elementen und fortgeschrittenen Varianten.

Eine Tiefenentspannung rundet die Yogastunde harmonisch ab.

Yoga - Intensiv - Kurs 195 € (Gesamtpreis für 1-3 Personen)

Eingangsgespräch
3 x Yogastunde nach Maß / 70-75 Min.
1 x intensive Tiefenentspannung 15 Min. (wahlweise mit Phantasie - Reise oder kl. Massage)

Gruppen und Workshops auf Anfrage, gegen geringen Aufpreis.
Matten und Hilfsmittel werden jeweils gestellt.

Ayurveda

Einführung Ayurveda-Gesundheitslehre, inkl. Dosha-Typbestimmung	90 Min.: 80 €
Individuelle Ernährungsberatung	60 Min.: 60 €

Alle Preise verstehen sich **inklusive Anfahrt nach Son Bauló**, für weitere Informationen stehe Ich gerne zur Verfügung.

Gruppen / Workshops auf Anfrage:
Son Bauló
Tel: 0034 - 971 52 42 06 | www.son-baulo.de
Sonja Schuster
Tel: 0034-871 230 685 | Mobil: 0034-647 244 153 | info@yogasan.de | www.yogasan.de

(Stand 04/2012)