



SARAH FICHTINGER



Breathe & Flow

Yoga **Donnerstags** in Emmersdorf

Dieser Yoga-Kurs bietet dir eine ausgewogene Mischung aus körperlichen Übungen und Atemtechniken. In Verbindung mit der Atmung fließt du durch dynamische Bewegungs-Abläufe („flows“). Diese bringen deine blockierten Energien in Fluss, regen deinen Kreislauf an und schenken dir Schwung.

17. Sep. bis 10. Dez. 2026
Donnerstags, 18:30 bis 20:00
in Emmersdorf an der Donau

Kosten und wichtige Infos:

Kursbeitrag 12er-Block 199€
(12 Yoga-Einheiten zu je 90 min &
1 Monat Yoga-Studio im Wert von 39€).

ANMELDUNG

begrenzte Plätze

info@sarahfichtinger.com
www.sarahfichtinger.com

