

NEUE KURSE

HATHA YOGA

Ab Donnerstag, 18.09.2025 von 17:30 Uhr bis 18:45 Uhr, 10 Termine für 165 €.

In diesem Kurs arbeiten wir an Körperhaltungen, Atemtechniken und Meditation, um Körper und Geist in Einklang zu bringen. Ideal für alle, die ihre Praxis vertiefen und Stress abbauen möchten.

SCHWANGEREN YOGA

Ab Mittwoch, 01.10.2025 von 17:15 Uhr bis 18:15 Uhr, 8 Termine für 125 €.

Ein speziell entwickelter Kurs für werdende Mütter! Hier unterstütze ich Dich dabei, Körper und Geist auf die Geburt vorzubereiten. Für ein positives Schwangerschaftserlebnis und zur Förderung des Wohlbefindens.

YIN YOGA

Ab Freitag, 10.10.2025 von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr, 8 Termine für 160 €.

Eine ruhige und meditative Praxis, die sich auf das Halten von Positionen konzentriert. Perfekt, um Stress abzubauen und die Flexibilität zu fördern. Lass dich von der Langsamkeit und Tiefe dieser Yogaform tragen.



Veranstaltungsort:

Yoga-Seelenoase in der

Naturheilpraxis Nathalie Nikola
Spielberger Straße 51
70435 Stuttgart-Zuffenhausen

www.naturheilpraxis-nikola.de

**Alle Kurse werden von vielen
Krankenkassen bis
zu 100 % übernommen!**