

B2604550 FaszienYoga

Beginn	Freitag, 13.11.2026, 18:00 - 20:15 Uhr
Kursgebühr	19,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Tina Schacky
Kursort	, Johann-Breidenassel-Straße 10, 51789 Lindlar

Ausgewählte Übungen bearbeiten die tiefliegende fasziale Struktur unseres Körpers.
In yogischer Herangehensweise werden Verklebungen und Verhärtungen des Gewebes bearbeitet.
Bitte im Vorfeld ausreichend trinken und warme Socken mitbringen, es wird ohne Schuhe gearbeitet.

Willkommen sind alle: ob Frau, ob Mann, ob mit Vorerfahrung oder ohne.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
13.11.2026	18:00 - 20:15 Uhr	Lindlar, Yogatreff Lachen, Bewegen, Entspannen