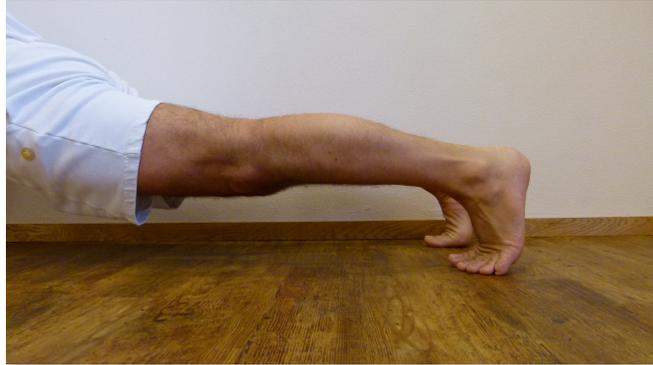


# Yoga

## der Weg zur inneren Harmonie und Gesundheit

Durch einen strukturierten Aufbau erlernst Du in wenigen Monaten die Grundzüge des Iyengar-Yoga. Im Vordergrund steht dabei die Entwicklung von Flexibilität und Kraft im Zusammenspiel mit Wahrnehmung und Entspannung.



**Kurs B April bis Juli 2022**

### Yoga in der Turnhalle Wittelsbacher Schule

Eingang Mundingstrasse gegenüber Nr.7, 86150 Augsburg

Donnerstag 17.45 - 19.15 h (11 x 90 Minuten a 13 €)

Termine Donnerstag Kurs : 07.04. 28.04. 05.05. 12.05. 19.05.  
(26.05.fällt aus) 02.06. 23.06. 30.06. ~~07.07.~~ fällt aus 14.07. 21.07.  
28.07. 2022

### Yoga im GRÜNEN RAUM

Elisenstr. 1 , 86150 Augsburg (beim Hotelturn)

Montag 9.30 - 11.00 h + 14.00 - 15.30 h

(11 x 90 Minuten a 13 €)

Termine Montag Kurs : 04.04. 11.04. 25.04. 02.05. (~~09.05.fällt aus~~)  
16.05. (~~23.05.fällt aus~~) 30.05. (~~06.06.fällt aus~~) 20.06. 27.06. 04.07.  
~~11.07.fällt aus~~ 18.07. 25.07. 2022

**Stephan Sprösser, Yogalehrer SKA**  
Tel. 0821-514546 email: [Stephan.Sproesser@t-online.de](mailto:Stephan.Sproesser@t-online.de)  
website: [www.stephan-sproesser-yoga.de](http://www.stephan-sproesser-yoga.de)

Yoga-Präventionskurse sind zertifiziert - KRANKENKASSEN - Zuschuss !