



## Hatha-Yoga – der Klassiker unterhalb der Ronneburg

Durch Yoga kommst Du zur Ruhe und lernst Dich wieder zu entspannen.

Stressbedingte körperliche Probleme wie Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen, Blockaden im Wirbelsäulenbereich, Wechseljahresbeschwerden, Bluthochdruck u.v.m. kannst Du durch Deine Yogapraxis positiv beeinflussen.

Durch Yoga verbesserst Du Deine Beweglichkeit und bekommst ein neues Körpergefühl.

Ich freue mich auf eine gemeinsame Zeit auf der Yoga-Matte.

# Kursplan

Alle vor Ort laufenden Kurse finden zeitgleich online im Internet statt!

| Mo | Di                       | Mi                       | Do                       | Fr                       | Sa |
|----|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|----|
|    |                          |                          |                          | Yoga<br>10:30 -<br>12:00 |    |
|    | Yoga<br>17:00 -<br>18:30 | Yoga<br>17:30 -<br>19:00 | Yoga<br>17:00 -<br>18:30 | Yoga<br>17:30 -<br>19:00 |    |
|    | Yoga<br>19:00 -<br>20:30 | Yoga<br>19:30 -<br>21:00 | Yoga<br>19:00 -<br>20:30 | Yoga<br>19:30 -<br>21:00 |    |

Aktueller Kursplan: [www.margotschneider.yoga](http://www.margotschneider.yoga)

**ANMELDUNG** über Telefon 0179-3210885 oder E-Mail [post@margotschneider.yoga](mailto:post@margotschneider.yoga)

**MEIN TIPP:** Finde in einem persönlichen Gespräch mit mir heraus, welcher Kurs zu dir passt.

Ein **EINSTIEG** in den laufenden Kurs ist jederzeit möglich, sofern Plätze frei sind.

Meine Yoga-Kurse sind von der Prüfstelle Prävention anerkannt und zertifiziert. Eine komplette oder teilweise **ERSTATTUNG** der Kursgebühren durch die Krankenkassen ist möglich.

Altwiedermus

Neuwiedermuß

**Margot Schneider**

zertifizierte Yoga-Lehrerin REAA

Telefon 0179-3210885

[post@margotschneider.yoga](mailto:post@margotschneider.yoga)

Bergstraße 1

63549 Ronneburg-Neuwiedermuß



RONNEBURG