



Unsere aktuellen Gutscheinangebote:

Aerial Yoga

Gutschein über ein Aerial Workshop, für nur 29,- EUR pro Person

Erlebe dynamische Yogaübungen am und im Tuch. Eine Yoga Variante, die die Wirbelsäule entlastet und den Rücken entspannt. Der gesamte Muskelapparat wird gestärkt und aufgebaut, insbesondere die tiefen Muskeln, ideal auch für Anfänger.

Yin Yoga

Gutschein über 4 Wochen Yin Yoga, immer Donnerstags 17:15 Uhr, für nur 45,- EUR pro Person

Schalte runter vom Alltag und Beruf auf Entspannung durch Yin Yoga. Eine effiziente Form des passiven Yoga, die durch Übungen Muskeln, Faszien und Bindegewebe anspricht und Ausgleich bringt. Ideal für Schreibtischtäter, Personen, die viel stehen oder viel im Auto sitzen müssen und Verspannungen im Schulter-Nacken-Bereich, Rücken, Hüften und Beine haben.

Schnupper Yoga

Gutschein über 2 Schnupperstunden, für nur 16,- EUR pro Person.

Für alle, die Yoga schon immer mal ausprobieren wollten, Wiedereinsteiger, Geübte oder einfach nur so als Geschenk.

Weitere Informationen unter:

Yogaschule Karma, Lookenstr. 23, 49808 Lingen

T: 0591 - 800 94 84

E: info@yoga-karma.de

www.yoga-karma.de

