

Yoga flow

über Mittag

Donnerstag, 12:30 - 13:30 Uhr
03. Juli - 28. August (9x)
Fr. 25 bei 1 Teilnahme (bar)
Fr. 200 bei 9er Abo pro Person



Übungen aus dem Hatha, Ashtanga Yoga,
Mudras, in Balance und Touch&Sense



Tanzbar Binningen, Hauptstr. 129, 4102 Binningen

- keine Vorkenntnisse
- lockere, bequeme Kleidung
- Barfuss, in Socken, saubere Hallenschuhe
- auf Wunsch bei gutem Wetter, im Sommer
im Schützenmattpark BS



MIKADO

Auskunft und Anmeldung: info@mikado-basel.ch . Telefon 079 783 63 61 / 061 332 03 77
Leitung: ShinShendo Weber . Bewegungs-, Tanz-, Fitness-, Ch`i Gong-, T`ai Chi-Lehrer