

Care Yoga

Step into your flow



Slow Care Yoga

Eine ruhige, achtsame Yogapraxis, die bewusst ins Verlangsamen einlädt. Die Asanas werden länger gehalten und mit tiefer Aufmerksamkeit für Ausrichtung und Atemqualität erkundet. Slow Care Yoga schafft Raum für innere Stille, fördert Beweglichkeit und lässt Körper wie Geist zur Ruhe kommen.



Slow Care Yoga Stunde

In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist



dienstags von
19:00–20:00 Uhr
All Levels

Einzelstunde – € 20,00 bei der ersten Teilnahme ist die zweite Stunde gratis
10er-Block – € 160,00 Ermäßigung für Schüler/Studenten und Pensionisten auf € 140,00
Ein- und Ausstieg bzw Switch zwischen den Kursen sind jederzeit möglich.



Care Academy
Sonnwendgasse 23
1100 Wien



office@care-academy.at
Weitere Informationen und
Anmeldung unter office@care-academy.at



care-academy.at