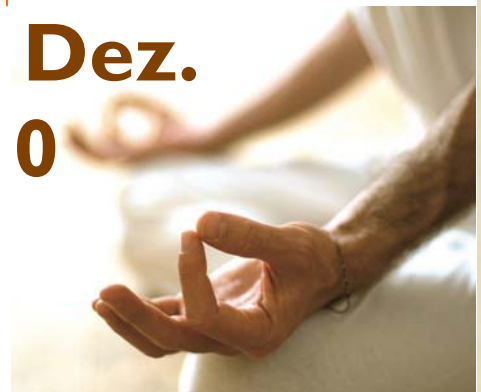




Sept. – Dez.
2010



4-Themen YOGA-KURS

mit **FLORIAN PALZINSKY**

in **SALZBURG**

YOGA
& MEDITATION



FLORIAN lebte 12 Jahre als buddhistischer Mönch in Asien. Seit 2001 erhält er umfassende Yoga-Ausbildungen in Europa, Asien und Australien in der Tradition von BKS Iyengar, etc.

DER KURS bietet **ANFÄNGERN** (mit Vorkenntnissen), **ERFAHRENEN** und **YOGA-LEHRERN** die Gelegenheit ihre Yoga-Praxis zu vertiefen. Florian kombiniert in seinem lebendigen Unterricht spezifische Asana-Themen mit Meditation und gibt Anregungen für eine weiterführende Selbstpraxis.

TERMINE & THEMEN:

- Montags 19:00 – 21:30
6. Sept.: Aufwärm-Sequenzen & Sonnengruß
4. Okt.: Hüft-Sequenz & Dehnung
8. Nov.: Drehung & Rückwärtsbeugen
6. Dez.: Arm, Schulter, Umkehrhaltungen

ORT

**GEMEINSCHAFTSPRAXIS
PHYSIOTHERAPIE**
Hannakstraße 1, 3. Stock

KOSTEN € 80 (4 Abende)

ANMELDUNG

Andrea Rainer
0664 3808073
andrea_rainer@hotmail.com

INFORMATION

www.simple-wisdom.net

NÄCHSTER WORKSHOP

in Salzburg: So, 21. November
www.dasyogahaus.at