

# yogahaus oberhausen

wilhelmstraße 4 · 46145 oberhausen

## Termine

Mittwoch, 19. Juli  
19.00 Uhr (Heike)

Dienstag, 1. August  
19.00 Uhr (Beate)

Mittwoch, 2. August  
10.00 Uhr (Beate)

Dienstag, 8. August  
19.00 Uhr (Beate)

Mittwoch, 9. August  
10.00 Uhr (Beate)

Dienstag, 15. August  
19.00 Uhr (Beate)

Mittwoch, 16. August  
10.00 Uhr (Beate)

Dienstag, 22. August  
17.30 & 19.30 Uhr (Beate)

Dienstag, 29. August  
17.30 & 19.30 Uhr (Beate)

## Kontakt

yogakurse@t-online.de  
yogahaus-oberhausen.de  
tel: 0208 / 8 10 95 32

# Offene Yogastunden Sommerferien 2017

Dieses Angebot ist für alle, die keine Unterbrechung der Yogapraxis wünschen. Jede Stunde kann einzeln besucht werden. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Herzlich willkommen sind auch Menschen, die den Yoga und uns kennen lernen möchten.

Einfache Yogahaltungen und meditative Übungen ermöglichen Erfahrungen, die allein durch ihre Wahrnehmung ruhig werden lassen. Sanft geführte Übungen bieten gemeinsam Entlastung vom Alltagsstress und fördern eine bewusste Lebensweise.

Jede Übungseinheit dauert 90 Minuten und kostet 12 Euro. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

