

# yoga

IN MOGERSDORF

# hatha vinyasa

JETZT  
ANMELDEN

**8 - WOCHEN  
GRUPPENRAUM**

mittwochs  
18:30

**START: 21.01.2026**

Wir verbinden  
Asanas (Yogahaltungen),  
Atemtechniken aus dem Pranayama,  
Meditation & bewusste Entspannung.

Du darfst deinem Körper zuhören,  
statt ihn zu korrigieren.

Dieser Raum ist für dich, wenn du  
weniger im Kopf sein möchtest.

116€

Keine Vorerfahrung nötig.  
Nur die Bereitschaft,  
dir selbst zu begegnen.

Anmeldungen bei  
Hannah Meitz-Beny

0664 35 15 183  
yogamhannah@gmx at