



Monika
Ebner

PRAXIS

für körperliches und seelisches Wohlbefinden

Rückenfitkurs

für Fortgeschrittene

Mit Rücken – und Haltungsübungen, Yoga, Fasziyoga, Pilates, Entspannung und Meditation wollen wir fit, gesund, stark und beweglich bleiben.

Beginn: Mittwoch, 16.Sept.2026 19h – 20h15

10Abende...140€ im Pfaarsaal/Stainach

Bitte um Anmeldung, ich freue mich auf euch 😊

Alles Liebe und bis bald, **Monika**

Beraterin für Wirbelsäulen-, Haltungs- und Bewusstseinsschulung, Dipl. Yogalehrerin
Beckenbodentrainerin, Dipl. Achtsamkeits- und Entspannungstrainerin, Meditationslehrerin,
Fitnesstrainerin und Aufstellungsleiterin

MONIKA EBNER



A-8950 Stainach
Grazer Straße 424/1



0664 / 960 54 22



info@monikaebner.at
www.monikaebner.at