

YOGA & REITEN

Reiten in Harmonie & in Balance



04.08.2024



Meine Passion ist es, Mensch und Pferd zur eigenen Harmonie zu verhelfen.

Womit könnte das besser gehen als mit Yoga? Erlerne bei unserem Intensivkurs deine innere & äußere Balance zu finden.

mit Yoga-Trainerin:
Verena Jozwiak



verena_yoga_wartenberg

Was dich erwartet:

- 9.00 Uhr Begrüßung
- 9.30 Uhr Yoga Atmung
- 10.30 Uhr Präsentation Sitz - Reiten in Balance mit Handout
- 12.30 Uhr Demo auf dem Pferd
- 13.00 Uhr Mittagspause mit Verpflegung auf Wunsch
- 14.00 Uhr Sitzschulung auf Bällen, Holzpferd und Balancebrettern
- 15.00 Uhr Yoga
- 16.00 Uhr Besprechung & Verabschiedung

Preis pro Person: 119,00 €

Anmeldung unter

www.sanftehilfen.de