



# Heute schon getanzt ?

Liebst du **kreative Yogaklassen**, die dich fordern, um dich danach vollkommen der Entspannung hinzugeben? Liebst du **Musik & Tanzen**?

## Vinyasa Flow / Dance Yoga

ist eine kreative Kombination aus Yoga und Tanz. Die Bewegungen gestalten sich aus yogischen Asanas und Tanzelementen zu einer Choreographie. Dabei bringen wir unseren Atem und unsere Bewegungen in Einklang mit Musik und Rhythmus, entfachen **Lebensfreude** und genießen ein **wundervolles Flow-Erlebnis**.

**Wo:** **FREIRAUM-Institut**

Liechtensteinstraße 10a, 1090 Wien (direkt an der U2 Station Schottentor)

<https://www.freiraum-institut.at/>

**Wann:** **ab 3. März 2022, jeden Donnerstag 17.00 – 18.15 Uhr**

**Ohne Anmeldung:** Yoga-Drop-In-Klasse

Ganz easy, komm´ einfach vorbei, ca. 20 Minuten vor der Stunde wird der Freiraum aufgesperrt.

**Kosten:** € 18,- für eine Yoga-Einheit

Ermäßigungen ab der 2. Einheit: € 35,- für 2 Einheiten, € 50,- für 3 Einheiten / € 75,- für 5 Einheiten

Du bezahlst bar bei mir, oder kaufst im FREIRAUM Yoga-Münzen.

**2G/3G-Regel:** Bitte beachte die aktuelle Regelung.

Ich freu´ mich auf Dich

**Deine Monika**