YOGA

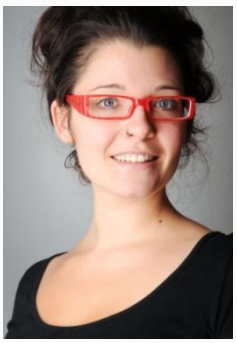
für sportbegeisterte Männer

So, 29. Juni, 16-18:30

So, Männer: Antreten. Hier ist ein Workshop für euch. Wir legen unseren Fokus uns auf Technik: sehr präzise Dehnübungen, sowohl Tiefenmuskulatur als auch Konzentration fordernde Balanceübungen, Kräftigungen mit Fokus auf Präzision.

Da ich vielfach darauf angesprochen wurde, die Hürde, sich in die frauendominierten Kurse zu begeben sei für viele Männer groß, habe ich mich für das Experiment "**Männerworkshop**" entschieden. Der Zulauf beim ersten Versuch war groß – jetzt bin ich gespannt auf den Männerworkshop Nr. 2!

Ort:	ASKÖ Dachgeschoß, Rehsulz 8, 3340 Waidhofen/Ybbs
Termin:	**So, 29. Juni 2014**
	16 – 18:30
Preis:	**25,-/ 20,- €***
Infos:	**Mag. Eva Karel**
	0681/10418344
	info@evakarel.at
	www.evakarel.at



* Ermäßigungen gibt's für ASKÖ-Mitglieder und alle mit guten Argumenten.

EVA KAREL

eva.karel