



Robert-Bosch-Straße 5 · 63303 Dreieich
Telefon 06103 / 312 84 91 · info@nina-berck.de
www.nina-berck.de

YOGA | CRANIO-SACRALE THERAPIE 4. Q 2022 / 1. Q 2023

HATHA-YOGA –Präsenz + Online

Kursbeginn 25. Oktober - 15. Dezember (8 Termine/ 104€) // Kursbeginn 3. Januar 2023
Gerne eine Schnupperstunde ausmachen - der Einstieg in den laufenden Kurs ist möglich.

Kurszeiten

Vormittags:

Di 8.30 – 9.45 Uhr

Mi 10.30 – 11.45 Uhr * Yoga für Seniorinnen

Abends:

Mi 17.15 – 18.30 Uhr

Mi 18.45 – 20.00 Uhr

Do 17.00 – 18.15 Uhr

Do 18.30 – 19.45 Uhr

Sich besinnen

Sonntag 18.12. 16.00 – 18.00 Uhr - Qi Gong – Entspannung – Meditation - bei sich sein

Jahreszeiten Yoga in der Natur

Donnerstag 22.12. 18.00 – 19.30 Uhr – Wintersonnenwende

Yoga Wochenende in der Eifel – „Jetzt-Hier“

Freitag 1.9. 18.00 Uhr - Montag 4.9. 2023 12.00 Uhr

Yoga · Qi Gong · Natur & Kraftorte · In Ruhe sein · Zeit für sich · Zeit für Geselligkeit

Behandlung

CRANIO-SACRALE THERAPIE – Integrative Körpertherapie für Ihr Wohlbefinden
Körperliche + Energetische Entspannung & Ausrichtung // Termine nach Vereinbarung

www.nina-berck.de // www.yoga-raum-dreieich.de