



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

YOGA | CRANIO-SACRALE THERAPIE

1. Quartal 2023

HATHA-YOGA –Präsenz + Online

Kursbeginn 4. Januar 2023 – 13 Wochen bis Ende März – Kursgebühr 170€
Gerne eine Schnupperstunde vereinbaren – Neueinsteiger jederzeit willkommen!

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 – Zur Ruhe kommen

So 29.1. + So 26.2. Qi Gong – Entspannung – Meditation, 16-18 Uhr, 20€

Jahreszeiten Yoga in der Natur

19.3. Frühlingsanfang - Im Moment sein 11-13 Uhr, 15€

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