

...täglich neu für Sie:

YOGA, PILATES, NORDIC WALKING, ACHTSAMKEIT

Dehnung und Kräftigung mit YOGA zum Kennenlernen

Yoga für Golfer mit Blick in die Natur

Stärkung der Muskulatur mit Pilates und Yogaeinheiten: YOGILATES

Erhaltung der Kondition und Ausdauer mit NORDIC WALKING
und anschließende Dehnung mit YOGA-Elementen

Ich biete Ihnen ein persönliches Training
oder auch mit Freunden in einer kleinen Gruppe zu Ihren Wunschzeiten!
Bitte eigene Matte und bequeme Sachen mitbringen.

Für Anfänger geeignet und keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte Terminvereinbarung unter:
WhatsApp 0171 - 80 80 507



Ich freue mich auf Sie!

namaste

Ihre Antje Haack
anjani Reisen Monte e Mare
www.anjani.de