

Office-Yoga

www.noegkk.at

27. September 2018, 16:30 bzw. 18:30 Uhr

Saal der Arbeiterkammer Amstetten

3300 Amstetten, Wiener Straße 55



www.shutterstock.com

Workshop mit Mag. Alexandra Eichenauer-Knoll, MA

Trainerin des Berufsverbandes der Yogalehrenden/Yoga Austria

- » Tipps zur Umsetzung von Yoga-Übungen im Büroalltag
- » Übungen zur Stärkung und Dehnung des Körpers
- » Erlernen von Atem- und Achtsamkeitsübungen



Kostenlose Teilnahme! Begrenzte Teilnehmerzahl!

Anmeldung erforderlich unter Tel.: 050 899-0154 oder
unter amstetten@noegkk.at