



yogamood
ich lebe... mich



erlebe Yoga am
1. Geburtstag von yogamood

Samstag 09.10. und Sonntag 10.10.2010

Wo:

yogamood

Sillgasse 12, 6020 Innsbruck

Tel. +43 512 39 70 830

Mobile +43 676 39 39 108

info@yogamood.at

www.yogamood.at



Unser Programm: bitte Trainingsbekleidung mitbringen

Samstag, 9.10.

- | | Raum Prana | Raum Tapas |
|---------------|---|--------------------------|
| 9.30 | Herzlich Willkommen mit Geburtstagsüberraschung | |
| 9.45 | „Was Yoga bewirkt“ Impulsvortrag (45 min) | |
| 10.30 - 15.00 | | Aromakopfmassagen |
| 11.00 | Yoga für Beginner (60 min) | |
| 15.00 | SENyoga (Yoga für Senioren) (45 min) | |
| 17.00 | Atemschule und Entspannung (45 min) | Hot Yoga (90 min) |

Sonntag, 10.10.

- | | | |
|-------|------------------------------------|-------------------------------------|
| 10.00 | Atemschule und Meditation (30 min) | Hot Yoga (90 min) |
| 11.00 | Yoga des Herzens (60 min) | |
| 15.00 | Beginner Yoga (60 min) | Yoga für Schwangere (45 min) |
| 17.00 | Yoga II (90 min) | Energie Yoga (60 min) |

Mag. Michaela Waibel und das yogamood-Team laden ein:
vorbeikommen, mitmachen, mitfeiern und miterleben.

Es erwarten Euch:

Michaela, Marion, Barbara, Anna, Patricia, Wendy, Petra, Wolfgang und Michael.