

INSIDE YOGA



MIT HIE KIM



„Meine Wurzeln liegen in der koreanischen Kampfkunst des Taekwondo. Als Mitglied des Taepoong Demoteams und während meiner langjährigen Erfahrung als Trainer und Taekwondo-Meister entdeckte ich meine Freude am Transfer von Wissen - und so fand ich meine Berufung im Yoga. Meine Intention ist es, Freude im Moment auszulösen, Therapie dem Körper und Licht dem Geist zu bringen. Yoga bei mir ist wie ein gutes Kochbuch: leicht verständlich, abwechslungsreich und logisch aufgebaut.“

Hie Kim

Hie Kim leitet internationale Yogafortbildungen und ist erfolgreicher Yogalehrer und Personaltrainer bei Inside Yoga in Frankfurt.

SA. 09.05 2015 bei PRESENT YOGA . YOGA IM SCHLOSS

10.00 -12.30 UHR | HANDSTAND-ARCHITEKTUR

Noch nie Handstand gemacht? Dann bist Du hier genau richtig! In jedem steckt das Potenzial für Handstand - es kommt, wie so oft, auf ein solides Fundament, exakte Ausrichtung und die richtige Herangehensweise an.

Akribisch genau wird auf die Instruktionen des Spotters eingegangen - die Schlüsselperson, um auf zwei Händen zu stehen. Mit Vorübungen zu Vorübungen zu Vorübungen schauen wir gemeinsam, wie weit wir kommen - und werden dabei unglaublich viel Spass haben!

14.00 -16.00 UHR | INSIDE FLOW

Im Fluss der Musik atmen, bewegen und leben! Atmung und Bewegung sind eine Einheit und ein ständiger Begleiter unseres Lebens. Die Musik kann ein Emotionen berührender Taktgeber sein, der dir sanft den Weg weist. In dieser Stunde erwartet dich Yoga in Bewegung und Bewegung mit der Musik!

KOSTEN

HANDSTAND-ARCH. 39.- € | INSIDE FLOW 29.- € | beide Einheiten 65.- € Early-Bird-Tarif bis 28. 03.

HANDSTAND-ARCH. 45.- € | INSIDE FLOW 36.- € | beide Einheiten 78.- € Regulär

BANKVERBINDUNG: Norisbank . Kontoinhaber: Judith Wagner

IBAN: DE1910077770164859100 . BIC/SWIFT-Code: NORSDE51XXX

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt! Dein Platz ist nach Eingang der Zahlung für Dich reserviert.

KONTAKT + INFO

present YOGA . Yoga im Schloss . Landshuter Str 32 . 84109 Wörth an der Isar
Judith Wagner 0179 4729354 . mail@present-yoga.de . www.present-yoga.de

Das Yogastudio liegt im parkseits gelegenen Südflügel des Schlosses und nicht im Gebäude-trakt entlang der Dorfstraße mit der gleichen Hausnummer. Auf meiner Homepage findest du unter „Wohin“ einen Anfahrtsplan und eine genaue Beschreibung für Zufahrt und Eingang.