

# Yoga im Schloss

bietet einen integralen Yogaweg, der Tradition und Moderne, Achtsamkeit und Harmonie, Flexibilität und Stabilität vereint. Elemente der Spiraldynamik decken sich wunderbar mit den traditionellen Asanas.

Eine Yogastunde besteht aus Atemübungen, Asanas und Entspannung.

**Freitag 17:15 bis 18:45 Uhr**

## Kursleitung:

**Katja Öttl**

Physiotherapeutin, Yogalehrerin BYV, Fachkraft für Spiraldynamik  
Level Intermediate

Keine Kursbindung!

einmalig 18 Euro oder 10er-Karte 150 Euro

**Bitte in der Praxis anmelden, der Platz ist begrenzt!**

## Kursort:

Physio Pfersee im Schloss

Praxis für Krankengymnastik

Stadtberger Straße 21 - 86157 Augsburg

Telefon: 0821-450 40 155

Email: [info@physio-pfersee.de](mailto:info@physio-pfersee.de)