

# YOGA WORKSHOP

mit dem indischen Yoga-Lehrer und  
Physiotherapeuten **Vikas Arya**

**Die ganze Welt des Yoga**  
direkt aus Rishikesh in  
Indien zum StrandSpa  
in Dahme.

- Lernen Sie die Grundlagen  
des Hatha-Yoga kennen
- Lassen Sie sich auf Meditation auf  
körperlicher und geistiger Ebene ein
- Verstehen Sie die Philosophie
- Erlernen Sie die richtigen Techniken,  
sowie das korrekte Sitzen und Atmen

**Termine Anfänger:**

25.05. | 15.06. | 13.07.

**Termin Fortgeschrittene:**

27.07.

10–15 Uhr | Teilnehmer: 5–10 | Workshop-Gebühr: 50 €  
Anmeldeschluss: 14 Tage vor Beginn

WEITERE  
KURSE AUF  
NACHFRAGE!



**STRANDSPA**  
SPORT & GESUNDHEITZENTRUM DAHME

Sie haben Fragen zu unseren  
Kursen? Sprechen Sie uns gerne an.

An der Strandpromenade 38 · 23747 Dahme  
Tel. 04364 470990 · [www.strandspa-dahme.de](http://www.strandspa-dahme.de)