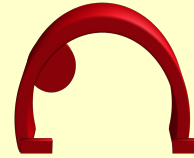


# YOGASANA - YOGA WEST

Ganzheitlicher Yoga Cornelia Hold



Hallo liebe Übende und Interessierte,

ich hoffe es geht Euch / Ihnen allen gut und Ihr genießt eine schöne Frühlingszeit mit viel Schwung und neuer Kraft und Lebensfreude.

Trotz der aktuellen Bedingungen, die uns zeigen, dass Nichts selbstverständlich und Alles im Wandel ist, möchte ich Euch Mut machen zu Leben, zu Helfen, zu Hoffen und zu Üben, auch um selbst neue Kraft und Energie zu schöpfen, die es in dieser Zeit so dringend braucht.

Ihr findet den neuen Yoga-Flyer für April 2025, sowie einen Anmeldebogen, der auch die entsprechenden Daten zur Überweisung enthält und mit dem Ihr Euch vorab verbindlich anmelden könnt, unter den Seiten „Kurse“ und „Anmeldung“ jeweils als PDF-Datei.

Die Gebühr ist im Voraus und gleichzeitig bei Anmeldung zu zahlen, bzw. nur per Überweisung möglich.

Der abendliche Yoga-Kurs Dienstag ist in diesem Kurs-Zeitraum ausgesetzt, da ein geeigneter Raum z. Zt. noch fehlt. Donnerstag Abend findet der gemeinsame Yoga-Kurs in den Räumen des Zentrums für Selbstbestimmtes Leben, Samuel-Beckett-Anlage 6, 34119 Kassel statt.

Bringen Sie bitte weiterhin 1 rutschfeste Yogamatte, 1 feste Decke, 2 Blöcke und 1 Baumwoll-Gurt zum Üben mit. Gern bin ich durch Informationen behilflich, wenn Sie sich eigene Hilfsmittel bestellen, bzw. kaufen möchten.

Ich wünsche Euch / Ihnen allen noch eine schöne Frühlingszeit und einen warmen, sonnigen und vor allem einen friedlichen Sommer.

Ich freue mich auf ein baldiges Wiedersehen und das gemeinsame Üben.

Herzliche Grüße  
Cornelia Hold