



Beate Ihrig
www.pause-vom-alltag.de

**Liebe Kursteilnehmer, Yoginis, Yogis
& Entspannungsinteressierte!**

1. Dezember 2015

Yoga in der Vorweihnachtszeit

Nun ist es bereits Dezember und in der hektischen Vorweihnachtszeit sehnt man sich nach einer Auszeit, Ruhe und Entspannung.

Also gönne Dir Deine **Pause vom Alltag** und mach mit beim Yogakurs dienstags in Darmstadt-Eberstadt oder mittwochs in Pfungstadt.



© Andrey Zametalov/Fotolia

Die nächsten Termine sind:

Yogakurs in Darmstadt-Eberstadt: 01.12.2015, 08.12.2015, 15.12.2015

Yogakurs in Pfungstadt: 02.12.2015, 09.12.2015, 16.12.2015, **23.12.2015** **Weihnachtsyoga**

Yogakursbeginn im Januar 2016

Yoga, Entspannung & Meditation in Darmstadt-Eberstadt

Dienstag, 12.01.2016

Yoga, Entspannung & Meditation in Pfungstadt

Mittwoch, 13.01.2016

Interessentinnen für Hormonyoga in Pfungstadt Darmstadt bitte jetzt voranmelden!

Yoga-Geschenk

Falls Du noch eine Inspiration für Weihnachtsgeschenke benötigst: Eine **Pause vom Alltag** kann man für jeden Wunsch zusammenstellen! Dazu sind Geschenkgutscheine bereits ab 10 Euro möglich. Weitere Informationen und Terminvereinbarung unter Tel. 0151 24241540 oder E-Mail mit Angabe einer Rückruftelefonnummer an: info@pause-vom-alltag.de .

Jch danke allen TeilnehmerInnen für viele schöne gemeinsame Yogastunden und wünsche Euch und Eurer Familie ein friedvolles Weihnachtsfest und einen fröhlichen Start ins neue Jahr! In Vorfreude aufs Wiedersehen und Kennenlernen in 2016

alles Liebe, Sat Nam

Beate

Yoga, Entspannung, Stressbewältigung in Pfungstadt & Darmstadt-Eberstadt

Telefon: 0151 24241540 · E-Mail : info@pause-vom-alltag.de