

Yogasetrið í Svarfaðardal –vetrarstarfsemi 2010-2011

Vetrarstarfsemi Yogasetursins í Svarfaðardal er hafin.

Opnir tímar eru á mánudögum og miðvikudögum kl. 18:15 - 19:30

Einnig eru í boði einkatímar, byrjendanámskeið, kynningar og námskeið fyrir kvenna-, óvissu- og ýmsa aðra hópa

Meðgönguyoga er fyrirhugað ef næg þátttaka fæst (lágmarksfjöldi 6) á mánudögum og miðvikudögum ***kl. 16:30 – 18:00***

Yoga er árpúsunda gömul leið til að ná og viðhalda góðri heilsu og öðlast styrk og sveigjanleika. Allir eru velkomnir.

Nánari upplýsingar og skráning:

Anna Dóra Hermannsdóttir yogakennari

s. 894 7788 eða skidadalur@skidadalur.is