

Yoga	dienstags 20:00 - 21:30	> Halle 9
Herz-Kreislauf-Training	Entspannung / Beweglichkeit	Kräftigung

Die genaue Beschreibung meiner Stunde ist bei den Stundenangeboten unter Yoga nachzulesen 😊

Astrid Veltl-Greil

- 2012 ÜL - C - Lizenz
- 2014 BLSV - Yoga Trainer
- 2016 B - Lizenz Profil Haltung und Bewegung
- 2017 Profil Entspannung und Stressbewältigung