



## Gruppenunterricht

Möchtest du Yoga mit anderen Menschen praktizieren, bist du in der Gruppe richtig. Nimm die Energie der Gruppe auf, nutze sie und nimm dich wahr als ein Teil des Ganzen. Yoga ist kein Wettbewerb. Das spiegelt sich auch im Gruppen-Unterricht wider. Die Gruppe beinhaltet immer ein unterschiedliches physisches Niveau (z.B.: Alter und Kondition). Der Unterricht in der Gruppe kann nach einem bestimmten Schwerpunkt gestaltet werden oder seine Wirkweise auf verschiedenen Ebenen haben. Wenn du einfach nur Spaß haben möchtest, findest du hier Anlässe, die du mit Yoga bereichern kannst:

**Freundschafts- und Familien-Yoga, Junggesellenabschied, Braut-Yoga, Geburtstagsfeiern (Erwachsene), Yoga am Arbeitsplatz.**

**Gestalte deine eigene Yoga-Stunde individuell!**

Ich unterbreite Dir gern ein Angebot.



0176 43 93 59 15



[info@khadijayoga.de](mailto:info@khadijayoga.de)