

Yogareitstunden

In seiner Mitte sein. Sich fühlen, spüren, wahrnehmen und umsetzen können.
- loslassen-

Mit Monika Marxer:

- **Master-Lomi-Practitioner**
- **Managment Coaching / Beratungskompetenz**
- **NDS in Psychologie & Managment**
- **NDS KMU-HSG**
- **Jahrelange Reiterfahrung**



Immer am ersten Freitag im Monat 20:00-20:50 Uhr

50.- Pro Lektion

Lernziele:

- Körper gezielt & bewusst einsetzen zu können
- Hilfengebung verfeinern
- Optimierung des losgelassenen Sitzes
- Angstbewältigung in Druckloser Atmosphäre