



Yogaprogramm im CESTA GRAND Aktivhotel & Spa

Samstag, 16. Oktober 2021

16:30-18:00

1501 Yoga für Schultern & Nacken | Miruna Mihailescu

Dienstag, 19. Oktober 2021

16:30-18:00

1502 Yoga für einen flexiblen Rücken | Miruna Mihailescu

Freitag, 22. Oktober 2021

16:30-18:00

1503 Yin Yoga - um sanft in den Abend zu gleiten | Miruna Mihailescu

Samstag, 23. Oktober 2021

16:30-18:00

1504 HathaYoga – für eine stabile Basis | Miruna Mihailescu

Montag, 25. Oktober 2021

16:30-18:00

1503 HathaYoga – für Hüft- und Schultermobilität | Miruna Mihailescu