



# Yoga-Special: Bring a friend

<b>Description</b>	Nehmen Sie sich am 7. Dezember einen Moment für sich und gönnen Sie sich eine kurze Auszeit vom Vorweihnachtsstress. Lassen Sie sich von der Musik des Duo "Indian Spirit" verzaubern und geniessen Sie anschliessend zwei Lektionen Yoga in vertrauter Atmosphäre. Ein gemeinsamer Ausklang führt in einen entspannten Samstagabend. Familie und Freunde sind ebenfalls herzlich eingeladen, am Yoga-Special teilzunehmen. Bitte melden Sie Ihre Begleitperson separat an.
<b>Contenu</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Musikalische Einstimmung durch das Duo "Indian Spirit"</li><li>• Zwei verschiedene Yoga-Angebote</li><li>• Gemeinsamer Abschluss mit dem Duo "Indian Spirit"</li></ul>
<b>Prérequis</b>	Sie besuchen einen Yogakurs bei der Klubschule und möchten Ihre Freude am Yoga mit einer nahestehenden Person teilen.
<b>Groupe cible</b>	Aktuelle Teilnehmende aus Yogakursen der Klubschule sowie eine Begleitperson.
<b>Objectifs</b>	Herunterfahren, auftanken, gemütliches Beisammensein.
<b>Etapas suivantes</b>	Yoga-Kurse der Klubschule
<b>Date</b>	sur demande / D_78474
<b>Durée</b>	Total 2.50 période(s)
<b>Ecolage</b>	CHF 0.00
<b>Lieu du cours</b>	Klubschule Migros Luzern (en cours de planification)