

Yoga Meets Golf

Was haben Yoga und Golf gemein?
Es mag überraschen, aber es ist eine ganze Menge -
beides verlangt und fördert körperliche
Stabilität, Beweglichkeit, Balance, und mentale Stärke.

Ich biete dir ein maßgeschneidertes Yoga Programm
speziell auf Golfer abgestimmt.
So kannst Du die lange Saisonpause optimal nutzen.
Durch gezielte Asanas wird Dein Körper flexibler und stärker.
Durch gezielte Atemübungen verbesserst Du Deine Konzentration.
So startest Du gut vorbereitet in die neue Saison.

Termin für „Early Birds“ Online

Montag 10.00h – 11.00h
Donnerstag 10.00h – 11.00h

Termin für „Eulen“ Online

Montag 19.00h – 20.00h
Donnerstag 19.00h -20.00h

1.02. – 25.03.2021

8 Wochen Intensiv-Vorbereitung
16 Einheiten „Yoga meets Golf“
Kosten: 155,00€ Clubmitglieder
190,00€ Gäste

Anmeldung und Info:

Anke Ramm
info@anke-ramm.de
Phone: 015 7777 93 773

गोल्फ योग