



Kundalini Yoga

für Anfänger:innen
und Fortgeschrittene

ab dem 20.04.26



- Stressabbau und besserer Schlaf
- Stärkung des Nervensystems
- Verbesserung der Beweglichkeit
- Kraft & Mut für Neues finden

Kurszeiten:

Montags

- 19.30 Uhr - sanftes Yoga

Mittwochs

- 17.30 Uhr (Anfänger:innen)
- und 19.30 Uhr (Fortgeschrittene)

Meine Angebote:

- ✓ Einsteigerkurse
- ✓ Teilnahme auch online möglich
- ✓ Einzelstunden mit Gong
- ✓ Kurse über die VHS Ladenburg

**Nina Siebert,
Kundalini Yoga Lehrerin**

Mukande Yoga Zentrum
Bahnhofstrasse 32, Ladenburg

Kontakt

nina.siebert@mukande-yoga.de
www.mukande-yoga.de