

*Hatha-Yoga mit  
Marie-Rose  
in Berlin*



**„klassisches Hatha - Yoga“**

„Maßgeblich geprägt vom Sivananda Yoga liegt der Schwerpunkt auf statischen Haltungen. Ein Gleichgewicht zwischen Dehnung, Kraftarbeit, Ausdauer und Entspannung wird erarbeitet. Sanfte Übergänge und Hüftdehnung sind ein besonderes Anliegen“!

**Yogakurse:**

**Montag von 10.00 bis 11.30**  
Hermann-Ehlers-Haus  
Alt-Wittenau 70  
13437 Berlin-Wittenau



**Donnerstag von 15.15 bis 16.45**  
Schule am Park  
Eichborndamm 276  
13437 Berlin-Wittenau



**Kontakt :**  
**Marie-Rose Starck**  
Yogalehrerin  
Tel.: 0172 394 3965



[kontakt@marie-rose-yoga.de](mailto:kontakt@marie-rose-yoga.de)  
[www.marie-rose-yoga.de](http://www.marie-rose-yoga.de)