



AURA

YOGA IM ARSENAL

DEIN RAUM UM ANZUKOMMEN



Montag

18:30-19:30

Yoga Flow

19:45-20:45

Restorative,
Yin Yoga



Arsenal

1030 Wien

im

**Innenhof 25
(Objekt 16)**



Drop-in: **€17**
5er Block: **€75**
10er Block: **€140**

Jetzt Platz sichern
für dich & deinen Abend



Hier geht's zur
WhatsApp
Gruppe:



contact@aura-essence.org

[@aura_essencewithin](#)



AURA

Yoga Flow

für leicht Fortgeschrittene

FLOW INTO PRESENCE

Ein fließender, achtsamer Yoga Flow für alle,
die ihre Praxis vertiefen möchten.

Bewusste Atmung trifft auf kraftvolle,
harmonische Bewegungen – ohne Leistungsdruck.

Du stärkst Körper und Fokus und findest
Leichtigkeit im eigenen Rhythmus.

Montag, 18:30-19:30

Yin Yoga

für alle Levels

RETURN TO STILLNESS

Eine ruhige, regenerierende Praxis zum
Loslassen und Auftanken.

Sanfte, länger gehaltene Positionen
beruhigen das Nervensystem
und führen dich zurück in tiefe Entspannung
und innere Balance.

Montag, 19:45-20:45

März: 09., 16., 23., 30. | April: 06., 20., 27. | Mai: 04., 11., 18.