

Liebe Yoga-Freunde,

aufgrund der aktuellen Situation darf seit dem 02.11.20 kein Yogaunterricht in meinem Yogastudio YOGA und TANZ minds stattfinden.

Nachdem Yoga **zoom live** schon seit dem ersten Lockdown praktiziert und gut angenommen wird, will ich es auch weiterhin auf diese Weise anbieten. Die Handhabe ist relativ einfach und es können bis 10 Teilnehmer je Gruppe gemeinsam Yoga üben.

Für eine zoom live Teilnahme braucht es einen Laptop oder ein Tablet und natürlich eine stabile WLAN-Verbindung. Für das zoomen bekommst Du eine Anleitung.

Yoga-Einzelstunden oder Körperpsychotherapie können wie gewohnt auf Termin gebucht werden und über zoom live erfolgen.

Für Interessierte die **keine online Voraussetzungen** haben oder einfach Yoga über diese Plattform nicht praktizieren mögen, gibt es hoffentlich bald wieder die Möglichkeit ins Studio zu kommen. Bitte informiert euch über meine aktuellen Kurse auf meiner Seite unter **Kursangebot**.

Wir haben bewegte Zeiten, bleiben wir geduldig und entspannt. Yoga unterstützt uns dabei.

Ich wünsche euch alles Liebe.

Herzliche Grüße,
Claudia Mahashakti

Stand: 25.04.2021