



PARVATI YOGA

NICOLE HIRTH

KURSE | COACHING | ERNÄHRUNG | PERSONAL TRAINING



Parvati (पार्वती) steht für modernes, professionelles und ausgewogenes Yoga & Ayurveda für alle, die nach körperlicher und geistiger Balance, mehr Bewusstheit und einem Ausgleich zu den Herausforderungen des Alltags suchen.

### Mein Angebot für dich:

#### **Yoga als Ausgleich für Körper und Geist**

- Hormonyoga nach Dinah Rodrigues jeden Montag 18-19.30 Uhr (Raum Sattva)
  - Yoga für Männer jeden Montag 20-21.30 Uhr
    - sowie Personal Trainings

#### **Alles um die Lehren des Ayurveda:**

- Kochworkshops
- Ernährungsberatung und Stressmanagement
- Ayurveda Massagen, ob Gesichts- oder Fußmassagen, die traditionelle Abhyanga Ganzkörpermassage und vieles mehr

Detailinfos und weitere Kurse findest du auf meiner Homepage unter [www.nicole.hirth.de](http://www.nicole.hirth.de) oder bei Fragen erreichst Du mich unter +49 177 278 298 5 sowie unter [info@yoga-parvati.de](mailto:info@yoga-parvati.de)