

# Urs Ritschard | Lunch Flow 12 - 13 Uhr Donnerstags

Dieser Lunch Flow ist für alle Stufen geeignet. Urs begann Yoga bei Selvarajan Yesudian in den 80er Jahren und schloss die Yogalives 200hours 2016 erfolgreich ab.

Seit letztem Jahr unterrichtet Urs die „Slow Flow“-Klasse jeweils Di. & Do. um 9h30. Seine Klassen sind ein harmonisches Verbinden von Dynamik und Statik, geprägt von langjähriger Erfahrung als Mensch und Yogi.

