MOVE*ember*
BY NESS

MOVE
FEEL
CONNECT

BEWEGUNGSANGEBOT

Yoga I Pilates I HITT I Music Driven Moment
Social Coffee Run powered by Ryzon

07.11. Breathwork & Mentaltraining
14.11. Pop Up Yoga I Hip Hop Vibes

Alle Kurse auch für externe Gäste buchbar
25 Euro pro Einheit I Anmeldung: info@nesslerhof.at

A month dedicated to movement, mindful moments and joyful energy.



ANLEITUNG FÜR DEINE GESUNDHEIT

Vortrag mit Nana im Nesslerhof
29. November | 11 Uhr

Freu dich auf inspirierende Gedanken, praktische Impulse und einen bewussten Start in den Tag.

Für externe Gäste:
45 Euro pro Person I Anmeldung: info@nesslerhof.at
inklusive Finesse Frühstück und Vortrag mit Susanne Bernegger-Flintsch "Nana"

A month dedicated to movement, mindful moments and joyful energy.

BIOGENA RYZON®

YOGA PILATES HIIT REFORMER SOCIAL RUNS BREATHWORK