





# 26.05.18

## HANDSTAND BALANCING

**Handstandbalancing Workshop am  
Samstag, by Svetozar „lolo“ Popovic**  
**14.30-17.00**

In einem 2,5 stündigem Workshop in angenehmer Atmosphäre werden Eckpfeiler des Handstandbalancierens vorgestellt. Es wird auf das Können der Teilnehmer eingegangen, damit jede/r am Ende mit ihrer/ seiner eigenen Routine nach Hause gehen kann.

Maximale Teilnehmeranzahl: 10 / Anmeldung unter: [www.yogaria.at](http://www.yogaria.at)

Let's start your Handstandjourney!



**Anfänger und  
Fortgeschrittene  
Herzlich  
Willkommen!**

**Themen:**

- **Handgelenks-  
stabilität & -Mobilität**
- **Schultergürtel-  
stabilität & -Mobilität**
- **Hüftstabilität & -  
Mobilität**
- **Position und  
Ausrichtung der  
Wirbelsäule im  
Handstand**
- **Gleichgewicht und  
Orientierung im  
Raum**

**Die Welt kopfüber  
erleben**

**Handstandroutine**

**LOSMOTUS**

(@Instagram)

Wo: Yogaria  
Strozzigasse 31 AT-1080  
[www.yogaria.at](http://www.yogaria.at)

Wann: 26.05.2018

Uhrzeit: 14.30-17.00

Kosten: 50 Euro