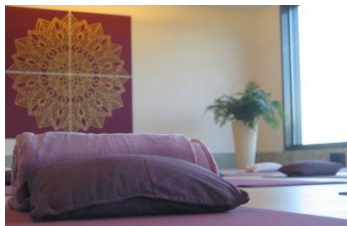


Klang & Yoga mit Sabrina und Nadia

Samstag, 14. März, 9:30 – 11:30
Yoga und Klangschalen Entspannung

Samstag, 13. Juni, 9:30 – 11:30
Yin Yoga begleitet mit Klangschalen



Am Samstag, 14. März üben wir zuerst gemeinsam Yoga, gefolgt von einer 45 minütigen Klangschalen Entspannung....eintauchen, abtauchen, einfach genießen.

Am Samstag, 13. Juni werden wir mit Unterstützung der Klangschalen Yin Yoga üben. Wir verweilen länger in den Asanas und erfahren dank der Klangschalen ein tiefes, intensives Körpergefühl.

Anmeldung: Nadia Baumann, nadia@yoganadia.ch, 079 451 96 56
Wo: Yogaraum, Oberer Werdbüchel 9, Heiden
Kosten: je Samstag CHF 50.00

www.sabrinakeller.ch



www.yoganadia.ch

