



## **Yin Yoga – in der Stille die Kraft finden**

Yin Yoga schenkt dir eine Praxis, in der du nichts erreichen musst, aber in der alles Heilsame in dir wirken kann.

In sanften Posen und Bewegungen lernst du dich besser kennen und akzeptieren. Du lernst mit dem glücklich zu sein was ist.

Gezielte Körperposen, individuell ausgeführt, machen Veränderungen im Tiefengewebe möglich .....

scheinbar mühelos.... es fühlt sich an wie „Zuhause-Ankommen“.

Sei herzlich Willkommen zu unseren Übungstreffen im Frühjahr 2018!

**Wann:** April 2018: Mo. 09.04.18, Mo. 16.04.18, 23.04.18

Mai 2018: Montag, 28.05.18 Juni 2018: Montag, 11.06.18

**Gruppe nachmittags** von 16.15 bis 17.45 Uhr

Gebühr: bei bis zu 5 Personen ist ein Aufpreis von € 10,-- erforderlich

5 Termine kosten € 85,-- ab 6 Personen € 75,--

**Gruppe abends** von 18.30 bis 20.00 Uhr ( max. 11. Personen )

Gebühr 5 Termine: € 75,-- Einzelstunde 90 Min. € 16,--

**Wo:** Tagungshaus Ralf Besser, Upper Borg 147 in Borgfeld

**Anmeldung bitte bis 18. März 2018**

schriftlich oder per E-Mail bei Monika Warncke, Dipl. Psychologin, Yin Yoga, Hatha-Yoga, Hormon-Yoga, E-Mail: [info@warncke-yoga.de](mailto:info@warncke-yoga.de), [www.yoga-liebt-frauen.com](http://www.yoga-liebt-frauen.com)

bei Fragen rufe mich gern an unter Tel.: 0421-4984471