



**Yin Yoga –
Energie
bis in die tiefsten Poren!**

Im Sommer wächst die Sehnsucht nach Leichtigkeit – Lebensfreude – Energie pur und dabei sanft den Geist entspannen.

All diese Aspekte dürfen sich in der stillen Übungspraxis des Yin Yoga entfalten.

Über 5 Wochen erlebe einen individuellen Yoga-Stil, der mit verschiedenen Hilfsmitteln die körperlichen Folgen von Stress mildert und das Heilsame in dir fließen lässt.

Genießen wir unbeschwerte Abende in mitten von Feldern und Nahe des kleinen Stadtwaldes am Rande von Lilienthal an der Timmersloher Landstraße.

Ich freue mich auf Dich!

**Übungszeit: 4 Termine vom 31.07.18 bis 21.08.18
jeweils dienstags von 19.30 bis 21.00 Uhr**

Teilnahmegebühr: € 55,--

Übungsort: Gesundheitsraum der VHS in Lilienthal, Am Holze 9

**Info und verbindliche Anmeldung schriftlich oder per E-Mail
bei Monika Warncke, Dipl. Psychologin, Yin Yoga, Hatha-Yoga, Hormon-Yoga,
Prangenstr. 53 in 28203 Bremen
E-Mail: info@warncke-yoga.de, www.yoga-liebt-frauen.com
bei Fragen rufe mich gern an unter Tel.: 0421-4984471**