



Yin Yoga Sommer-Specials 2026 am Freitagvormittag

Tue das, was du tust bewusst – genieße es – die Fülle ist in dir!

Glücksgefühle, Zufriedenheit und Ausgeglichenheit sind kein Zufall. Durch unsere achtsame Yin Yoga Praxis mit ausgewogenen Körperposen und den sanften, den Ausatem betonenden Atemübungen werden unsere sensorischen Nervenverbindungen verändert und unser Gehirn kann sich stärker regenerieren und erneuern. Wohlfühlbotenstoffe werden intensiver ausgeschüttet.

Sommertreffen

4 Termine am Morgen von 9.30 bis 11.00 Uhr
Donnerstag, 06.08.26 und 13.08.26 bis
Freitag, 21.08.26 und 28.08.26
Teilnahmegebühr für 4 Termine 90,-- €
Einzelstunde 90 Minuten 15,-- €

Spätsommer-Special

4 Termine von Freitag, 11.09.26 bis 02.10.26
jeweils von 9.30 bis 11.00 Uhr
Teilnahmegebühr für 4 Treffen 60,-- €
Einzelstunden 90 Min. 15,-- €

in der Yoga-Ruhe-Oase von Monika Warncke im Moorweg 7c
Tel.: 040-5533875 und E-Mail: info@warncke-yoga.de