



Yin Yoga Sommer-Specials 2026 am Mittwochabend

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 August

4 Termine am Mittwochabend vom 05.08.26 bis 26.08.26
jeweils von 18.15 bis 19.45 Uhr

Teilnahmegebühr für 4 Abende	60,-- €
Einzelstunde 90 Minuten	15,-- €

Spätsommer-Special September

4 Termine am Mittwochabend vom 09.09.26 bis 30.09.26
jeweils von 18.15 bis 19.45 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