



Yin Yoga - bewußt entschleunigen, im Körper heilen Sommer- Angebote für Frauen und Männer von Juli bis September 2022

Im Sommer wächst die Sehnsucht nach Leichtigkeit, Lebensfreude und Energie pur, die in die tiefsten Poren des Körpers fließt und den Geist entspannt.

Erlebe die balsamischen Sommertage mit dem sanften Yin Yoga, das mit passiven Dehnungen bei wenig Muskelspannung ausgeführt und dessen Zielrichtung mehr auf Knochen, Gelenke, Bänder und Faszienewebe ausgerichtet ist.

Genieße die wunderbare Oase zur Stärkung und zur mentalen Ruhe.

Yin Yoga Kurs zum Kennenlernen

5 Termine über 90 Min. **Sommerpreis € 95,--**
Abendkurs von 18.00 bis 19.30 in Planung!

Einzelstunde über 90 Min. Sommerpreis bis 30.09.22 € 20,--
ab Oktober 2022 € 27,--

Yin Yoga zum Wohlfühlen

Samstagnachmittag über 2,5 Stunden **Sommerpreis: € 45,--**
Samstag, 20.08.22 von 15.00 bis 17.30 Uhr
Samstag, 08.10.22 von 15.00 bis 17.30 Uhr ab 01.10.22 € 60,--
Samstag, 12.11.22 von 15.00 bis 17.30 Uhr ab 01.10.22 € 60,--

Monika Warncke, Yoga-Ruhe-Oase, Tel.: 040-5533875, info@warncke-yoga.de