



Yin Yoga mit Klangreise

Samstag

25.05.

18:00 - 19:30

Don't Worry - Be Happy

Einfach Glücklich sein. Darum geht es in diesem Kurs. Auf körperlicher Ebene aktivieren wir durch bestimmte Yoga Asanas, Atemtechniken, Düfte und Klänge die Glücks-Botenstoffe Serotonin & Dopamin. Auf der Seelenebene stärken wir die eigene Positivität und die innere Zufriedenheit durch eine geführte Meditation.

Sei dabei und tauche ein in deinen Rausch der Endorphine.

Das Glück liegt hier – im JETZT!

WO

Maximilianstraße 8
92421 Schwandorf
Lawendl's | Freiraum

Anmeldung & Info

Veronika.MeerBewegung@gmx.de
0049 17622878089
veronika-zakon-meerbewegung.com

Teilnahme Gebühr : 15,-