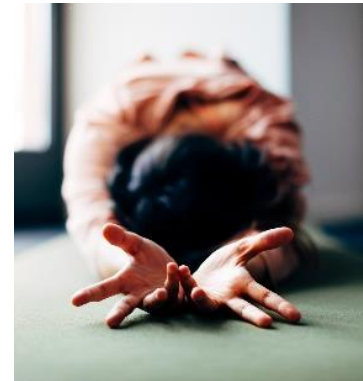


Yoga Meditation & Flow

Dein Kraftort zum Auftanken



Workshop mit Dani Gröbmeyer

am **Sonntag, 31.03.2019**

von **10:00** bis **12:00** Uhr

im **YOGA-LOFT** Bruckmühl / Heufeldmühle

In einer schönen, geführten Meditation wirst Du zu einem Kraftort gebracht, an dem Du Dich mit Glück und Leichtigkeit wieder aufladen kannst und neue Energie für Deinen Alltag schöpft.

Anschließend erarbeiten wir in einer kraftvollen Yoga Vinyasa Einheit einen Flow, um am Ende gemeinsam zur Musik zu fließen. Das Zusammenspiel von Bewegung, Atmung und Musik bringt ganz besondere Momente mit sich, lässt den Geist zur Ruhe kommen und ist eine wunderbare Reise zu Dir selbst.

Für Anfänger mit Vorkenntnissen, Fortgeschrittene & alle die Lust auf Bewegung haben und Kraft tanken wollen um Stress & Selbstzweifel hinter sich zu lassen.

Honorar: € 30.- (early bird bis zum 22.03.2019)
danach € 35.-

Anmeldung: info@yoga-loft-bruckmuehl.de

