



Restorative Yoga & live Klänge

Samstag 9.3. 2019 von 09.30-12.00h und weiters

Freitag 5.4.2019 von 17.30 - 20.00h

Yoga mit Susanne & Klangbegleitung

Von Klaus Unterthiner

Ausgleich pro Termin € 30,-

„Restore“ wir nehmen uns Zeit zum wiederherstellen unseres ursprünglichen Zustands.

Wie ein Baby in den Armen der Mutter,

tiefen-entspannt, voller Vertrauen... Tiefe Faszienschichten im Körper lösen sich durchs Hineinsinken in die Polster. Die **Klänge lösen sanft Blockaden** und helfen beim Loslassen.

Was ist ...Restorative yoga & Klang?

Restorative Yoga wirkt tief aufs parasympathische Nervensystem.

Tiefe Entspannung ist das **Heilmittel gegen** chronischen Stress, Nervosität, kreisende Gedanken, Ängste, Schlafprobleme, Erschöpfung, "burn-out" und Depression.

Die Klänge lösen sanft Blockaden und helfen beim Loslassen.

Für jeden geeignet ob Anfänger oder schon erfahrene Yogis!

Pro Termin bitte um schriftliche Anmeldung um Deinen Platz zu sichern::

susanne.taucher@gmail.com

T.: 3663242088 | www.yogabrixen.com