



# YIN YOGA & SHIATSU

Eintauchen in die energetische Körperarbeit

## Workshop Yin Yoga & Shiatsu

- 16. März - Element Holz
- 04. Mai - Element Feuer
- 08. Juni - Element Erde
- 29. Juni - Element Metall
- 20. Juli - Element Wasser

**WAS** Regeneratives Yin Yoga kombiniert mit wohltuender Meridianarbeit aus dem Shiatsu. Diese Workshopserie ist für alle Interessierten, die körperliche und energetische Harmonie sowie Ausgeglichenheit erleben möchten. Pro Abend wird ein Element und die dazugehörigen Meridiane thematisiert. Vorkenntnisse sind keine notwendig.

**WANN** Jeweils Samstag 10.30 - 12.00 Uhr

**WER** Amnda Koller, Shiatsutherapeutin  
Gabriela Leuenberg, Yin Yogalehrerin

**WO** Yogagarden, Kramgasse 66, 3011 Bern

**WIEVIEL** CHF 55 / Ganze Serie CHF 250

**ANMELDUNG** [gabriela@yogagarden.ch](mailto:gabriela@yogagarden.ch)



[yogagarden.ch](http://yogagarden.ch)



[shiatsumidori.ch](http://shiatsumidori.ch)