

YIN YOGA & SHIATSU

Eintauchen in die energetische Körperarbeit



5 Elemente Workshopserie

27. September 2018 – Erde

25. Oktober 2018 – Metall

15. November 2018 – Wasser

20. Dezember 2018 – Holz

17. Januar 2019 – Feuer

Mit einer sanften Yin Yoga Praxis und wohltuender Meridianarbeit aus dem Shiatsu Körper & Geist entspannen und die Energie frei fließen lassen. Diese Workshopserie ist für alle Interessierten, die körperliche und energetische Harmonie sowie Ausgeglichenheit erleben möchten. Vorkenntnisse sind keine notwendig.

Wann: Donnerstag 19.00 – 20.30 Uhr

Wo: Yogagarden, Kramgasse 66, 3011 Bern

Wieviel: CHF 45.- pro Workshop / 200.- ganze Serie

Info & Anmeldung: gabriela@yogagarden.ch



yogagarden.ch



shiatsumidori.ch