

26.10.20 19:45-20:15 YIN YOGA MEETS YOGA NIDRA

YIN YOGA - 3 Min. in einer Asana halten

YOGA NIDRA - YOGISCHER SCHLAF
TIEFENENTSPANNUNG BEI VOLLEM BEWUSSTSEIN

TIEFE - STILLE - ERFÜLLUNG

Bitte eine Decke mitbringen, um eine bessere Wirkung zu erzeugen

Info und Anmeldung Elzbieta Sieber mob: 0157 376 446 61