



ANTI-STRESS -WORKSHOP-

- vom Funktionieren ins Leben
- mehr Gelassenheit & Leichtigkeit
- Deine Auszeit: only you
- gestalte Dein Leben künftig stressfreier
- erlerne alltagstaugliche Tools

Zeit für Dich

Yin Yoga-Session


- Samstag, 08.06.2024
- 11 - 13.30h
- hier im Yama Yoga
- Yin Yoga-Session inkl.
- interaktivem Theorieteil sowie
- Atem- und Meditationsübungen

39 €



HERZENSROSA
Feel-Good-Mentorin

HIGH LEVEL
STRESS-COACHING
BURNOUT-PRÄVENTION
YOGA-KURSE



Bitte warme Kleidung (Zwiebel-system) für die Yin Yoga-Session mitbringen!

Ich freue mich auf Dich!
Alexandra Steidl

Relax, Breath
& Shine bright

Anmeldung über [eversports](https://eversports.com) oder
info@herzensrosa.de
www.herzensrosa.de