

EIN TAG Qi Gong & Yoga ZUM WOHLFÜHLEN



Erlebe an diesem Tag die weich fließenden Bewegungen des Qi Gong und die kräftigenden Dehnungen des Yoga!
Ohne Leistungsdruck - im Vordergrund steht die individuelle Körperwahrnehmung!
Ruhe und Einkehr, sich sammeln, zentrieren, zu sich kommen!

Qi Gong und Yoga bieten viele ausgleichende Übungen für mehr Vitalität und Stärke. Sie fördern unsere Flexibilität und stärken unsere innere Mitte.

Abseits von Alltag und Stress.
Ein Tag zum Erholen und Auftanken.

Samstags 10-13/17 Uhr; € 90,-/120,-
Wir freuen uns über Anfragen!

Ankommen
Loslassen
Kraft tanken



TERMINE:

Hohenems:	25.02.2023	10-13 15-17
	15.04.2023	10-13
	13.05.2023	10-13
Innsbruck:	04.03.2023	10-13 15-17
	03.06.2023	10-13
	01.07.2023	10-13



Eva Pawlik-Schreiber
Shiatsu & Yoga

Marijana Unterwurzacher
Shiatsu & Qi Gong



KONTAKTIERE UNS GERNE FÜR NÄHERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNGEN:

Tel.: 0699/100 88 460 oder 0650/788 95 59
Mail: shiatsu.pawlikeva@gmail.com
marijana@shiatsualpin.at

Wir freuen uns auf einen gemeinsamen
Qi-reichen Tag in entspannter Atmosphäre!