



Yin Yoga Workshop

Element Metall: Yin Yoga und Meditation

Die Yin Yoga Workshop-Reihe beschäftigt sich diesmal mit dem Element Metall. Ausgewählte Yin-Haltungen stimulieren die Energie der Meridiane Lunge und Dickdarm. Mit dem längeren Verweilen in Positionen dürfen wir uns mit inneren und äußeren Begrenzungen auseinandersetzen.

Yin Yoga Workshop Element Metall

Freitag, 20. Oktober 2023

19 Uhr bis 21 Uhr

Yin-Yoga Sequenz und anschließender Meditation

Yoga Gallery / Sigmund-Haffner-Gasse 3 / 5020 Salzburg

Workshopkosten: € 25,-

Yin Yoga
&
Meditation!



Ayurveda & Yoga

Mag. Andrea Geir . Ayurveda Praktikerin . Yogalehrerin RYS 500+

Anmeldung: andrea@yogarunde.at . T +43(0)676/954 72 53 .

www.yogarunde.at