



Special Event von GROWING NOW YOGA

YIN YOGA & TEESEMINAR

„Im Fokus stehen Achtsamkeit, Stabilisierung und Entspannung. Die intensiven Dehnübungen fördern die Beweglichkeit, diese gehen tief bis in die Faszien. Das steigert die Beweglichkeit sowie die Belastungsfähigkeit der Muskulatur. Yin Yoga ist ein harmonisierender Yogastil der körperlich und seelisch sehr tief geht.“

«Ein Abend für eine liebevolle Begegnung mit Dir selbst und einer anschließenden, geschmacksvollen Sinnesreise durch die Teewelt.»

Yin Yoga: Daniela Izzo, Cert. Conscious- & Yin-Yogateacher, Dipl. Mental Coach MPI, Erwachsenenbildnerin
Teeseminar: Esther Romagialli, Tee-Expertin (Teeimport Ennetbaden)

DONNERSTAG, 03.02.2022

Ort: ENNETRAUM Kultur- und Begegnungsort, Badstrasse 8, 5420 Ennetbaden

Yin-Yoga: 18.30 - 20 Uhr, CHF 30.-*/35.-

Teeseminar mit Degustation: 20.15 - 21.45 Uhr, CHF 15.-*/20.-

Anmeldung: daniela.izzo@growing-now.ch

www.growing-now.ch

Teilnehmerzahl ist limitiert!

*mit Yogaabo/für Mitglieder