



FAMILIENYOGA MIT ENTSPANNUNGSREISE AM 10.01.2021

Einmal zusammen auf die Matte gehen und etwas Neues ausprobieren. Gemeinsam Yogaübungen machen, sich miteinander dehnen und verrenken, zusammen lachen. Im letzten Teil der Stunde werden wir eine wunderschöne Phantasie-Entspannungsreise durch den Körper machen, bei der Groß und Klein zu Träumen anfangen. Komm mit Deiner Familie auf die Matte und gönne Dir und Euch eine kleine Yoga- und Meditationsauszeit zu Beginn des Jahres.

WANN: Sonntag, 10.01.2021

UHRZEIT: 11:30 Uhr – 12:30 Uhr

WO: Zoom

PREIS FÜR DIE GANZE FAMILIE: 12 EUR

ANMELDUNG unter hello@yogazensation.de (Vorabzahlung)

Yoga-Erfahrungen sind hilfreich, aber nicht erforderlich. Wir nähern uns dem Ganzen spielerisch an.

Ich freue mich sehr auf Euch und viele lachende Gesichter.

Eure Kathrin