

Nutze Deine innere Kraft

Ich lade Dich herzlich zu einem Yoga-Workshop mit dem Thema

„Aktiviere Deine innere Stärke „ein.

In diesem Workshop lernst Du Deine innere Energie bewusster zu nutzen und sie durch Energiekanäle in Deinem Körper fließen zu lassen. Die Asanas werden dadurch kraftvoller und leichter zugleich, die Energiezentren öffnen sich und Du bekommst den Zugang zu Deiner inneren Kraft! Der Workshop ist mit dynamischen, kraftvollen Asanas aufgebaut, begleitend durch Pranayama Übungen und wohltuender Yin Yoga Sequenz am Schluss!

Ich freue mich auf Dich!

Datum: 30 November 2025 Zeit: 9- ca.11.30 Uhr

Ort: Zumikon, Dorfstrasse 43 im ersten Stock / Kosten: FR.50.-

Anmeldung: Tel: 079 336 92 76, E-Mail: tetjana.wettstein@outlook.com www.antoyoga.ch

Hari Om Tat Sat

Nutze Deine innere Kraft

Ich lade Dich herzlich zu einem Yoga-Workshop mit dem Thema

„Aktiviere Deine innere Stärke „ein.

In diesem Workshop lernst Du Deine innere Energie bewusster zu nutzen und sie durch Energiekanäle in Deinem Körper fließen zu lassen. Die Asanas werden dadurch kraftvoller und leichter zugleich, die Energiezentren öffnen sich und Du bekommst den Zugang zu Deiner inneren Kraft! Der Workshop ist mit dynamischen, kraftvollen Asanas aufgebaut, begleitend durch Pranayama Übungen und wohltuender Yin Yoga Sequenz am Schluss!

Datum: 30 November 2025 Zeit: 9-ca. 11.30 Uhr

Ich freue mich auf Dich!

Ort: Zumikon, Dorfstrasse 43 im ersten Stock / Kosten:Fr.50.-

Anmeldung: Tel: 079 336 92 76, E-Mail: tetjana.wettstein@outlook.com www.antoyoga.ch

Hari Om Tat Sat