ADVENTSYOGA

Sonntag, 29.11.
Hatha Yoga mit Live-Pianomusik von Cedi
Achtsames Yoga, berührende Live-Pianomusik und Momente die nachklingen dürfen.

Sonntag, 06.12.
Yoga & Soundbath
-öffnende Yogapraxis, die dich in Verbindung mit dir selbst bringt, gefolgt von einem Klangschalen - Soundbath.

Sonntag, 13.12.
Restorativ & Yoga Nidra
Eine sanfte, regenerierende Restorative-Yoga-Praxis, die Körper und Geist zur Ruhe bringt, gefolgt von einer tiefen Entspannung und inneren Reise mit Yoga Nidra.

Sonntag, 20.12.
Xmas Flow Yoga
Ein stimmungsvoller Yoga-Flow, der dich in der hektischen Adventszeit bewegt, durchatmen lässt und mit neuer Energie erfüllt.



Immer von 10.00 - 11.30 Uhr, mit anschliessendem, gemeinsamen Tee trinken.

WO
im tanjayoga Studio, Augustin Keller-Strasse 22, 5600 Lenzburg

KOSTEN
32.- pro Person *
*auch mit unseren Laufzeitabos buchbar

ANMELDUNG
Direkt via Homepage www.tanjayoga.ch, Mail an namaste@tanjayoga.ch
Nachricht an Tanja 079 423 14 54

tanjayoga

weitere Informationen findest du unter www.tanjayoga.ch