

Hormon Yoga

NATÜRLICHE BALANCE WÄHREND DEN WECHSELJAHREN

An drei Abenden reaktivieren wir mit einfachen Übungen angeleitet von Petra Weingartner die Hormonausschüttung und verbessern das Körpergefühl. Der Kurs beinhaltet einen Theorie- und Praxisteil.



WANN:

Mittwoch 13.11 von 19:00 bis 21:00

Mittwoch 20.11 von 19:00 bis 21:00

Mittwoch 11.12 von 19:00 bis 21:00

WO: Kaplanei Römerswil

KOSTEN:

Mitglieder: 75.00 CHF

Nichtmitglieder: 85.00 CHF

BEKLEIDUNG:

Trinkflasche, bequemes Outfit und warme Socken

ANMELDUNG:

bis 4. November bei Sandra Feer-Arnold

sandrafeer@bluewin.ch

Tel. 079 226 35 07