



**Yoga & Klangmassage, Margit Schaller, Hauptstraße 5, 82223 Eichenau,
Tel: 08141-7483, www.yoga- Augenblicke.de**

Gutschein

Ein Weg zur Gesundheit und Lebensfreude

Yoga ist bestens geeignet um Probleme wie Stress, Schlaflosigkeit, Rückenschmerzen, Bewegungsmangel, Nervosität, Konzentrationsschwäche und Stimmungsschwankungen entgegen zuwirken. Es ist eine Selbstschulung, in der man lernt, aus der positiven Erfahrung, die einem die Übungen vermitteln, gesundheitsorientierte und lebensbejahende Gewohnheiten zu entwickeln.

- Kundalini Yoga:Stunden**
- Hormon Yoga:Stunden**
- Einzelunterricht: 60 min. 90 min.**
- Klangmassage: 25 min. 45 min.**
- Besondere Wochenenden**
- Traumhafte Urlaubswoche**

Klangmassage: eine kleine Auszeit in eine faszinierende Klangwelt!

Die Klangmassage ermöglicht tiefe Entspannung, weil Klang das ursprüngliche Vertrauen der Menschen anspricht und dadurch Bereitschaft zum Loslassen erzeugt. Sie harmonisiert jede einzelne Körperzelle sanft durch Klänge. Die Gesundheit wird gefördert. Körperwahrnehmung wird verbessert. Nacken- und Schulterverspannungen lösen sich. Kopfschmerzen vergehen. die Verdauung reguliert sich. Sie ermöglicht die positive Beeinflussung von Selbstbewusstsein, Kreativität und Schaffenskraft. Wirkt ganzheitlich auf Körper, Geist und Seele.

Ich freue mich auf Dich!

Für:

Von: