

# WORKSHOP

## YIN YOGA UND MINDFULNESS



In 2024 wird es eine 5-teilige Serie von Workshops geben. Alle Workshops können unabhängig voneinander besucht werden.

Die Workshops richten sich nach den 5 Elementen der TCM und kombinieren Qigong und Yin Yoga.

Wenn Ihr möchtet könnt Ihr Euch folgende Termine vormerken.

11.02.2024	Winter, Element Wasser, Nieren- und Blasenmeridian
12.05.2024	Frühling, Element Holz, Gallenblase- und Lebermeridian
14.07.2024	Sommer, Element Feuer, Herz- und Dünndarmmeridian
29.09.2024	Spätsommer, Element Erde, Milz- und Magenmeridian
10.11.2024	Herbst, Element Metall, Lungen- und Dickdarmmeridian

Zeit:	10.00 – circa 13.00 Uhr
Ort:	Yoga Balance Studio, Schwanallee 27-31, Marburg
Leitung:	Elke Sälzer
Kosten:	40 Euro
Anmeldung:	<a href="mailto:info@yin-yoga-marburg.de">info@yin-yoga-marburg.de</a>

Bitte meldet Euch unbedingt über Email an es sind nur begrenzt Plätze vorhanden.