

HERZ ÜBER KOPF - YOGA FLOWS MIT DEM KOPFSTANDHOCKER



Wann

Am Samstag, den
06.04.2024

Wohlzeit

10:30 - 12:30 Uhr

Leitung

Lisa Uhlig
uhlig.lisa@gmail.com

Kosten

30,- €
erm. 25,- €

Anmelden oder
informieren

uhlig.lisa@gmail.com



Herz über Kopf

Ich lade dich herzlich ein, die Perspektive zu wechseln und den Kopfstandhocker zu nutzen, um ohne große Anstrengung aber mit hohem Nutzen in Umkehrhaltungen zu finden.

Durch kreative Flows auf und mit dem Kopfstandhocker steht der Spaß und die Freude an Bewegung im Vordergrund.

Wie in all meinen Workshops werden auch in diesem ätherische Öle die Wirkung der Asanas begleiten und unterstützen.

Ich freue mich auf dich!

