

YIN YOGA + KLANG

Das neue Jahr klangvoll willkommen heissen

Montag 1. Januar 2024 von 14 – 16h und Dienstag, 2. Januar von 10 – 12h
mit Ananda und Devi, Fr. 70.- pro Session



Yoga Zentrum

Schoren 10, 3215 Gempnach



**Einklang ins neue Jahr mit sanftem Yin Yoga und einfühlsamen Klängen
die unser Herz berühren und die Seele beflügeln.**

Der Klangkünstler Charles Lötscher spielt verschiedene Instrumente:
Hang...KoTaMo...Shrutibox...Gitarre und webt damit einen facettenreichen
Klangteppich, der es uns ermöglicht ganz bei sich selbst anzukommen und
tiefer in die Asanas des Yin Yoga einzutauchen und sich zu regenerieren.

Die meisten Übungen werden im Sitzen oder Liegen ausgeführt.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.



Wir freuen uns auf baldige Anmeldungen, denn die Plätze sind beschränkt.

Ananda Oedipe: 078 684 93 96 / ananda.o@hotmail.com

Devi Oedipe: 076 536 99 75 / devi.o@hotmail.ch

Charles Lötscher: 079 246 13 56 / charles.loetscher@bluewin.ch