

## *Deine aktive Auszeit voller Bewegung und Inspiration*

Bewegung kann so vieles sein - Ausdruck unserer Persönlichkeit, Katalysator unseres Potenzials oder ein Zufluchtsort, um dem Alltag zu entkommen und abzuschalten. Genau das bieten wir Dir in diesem Retreat. Lass Dich treiben, probiere dich aus, lass dich fallen und genieße die Vielschichtigkeit einer bewussten und aktiven Movementpraxis.



# Tagesablauf

- 10:30 Primary Series
- 12:30 Soul Food
- 13.30 Matcha Ceremony
- 14.10 Crawling Patterns
- 15.15 Mobility Flow
- 16.45 Thai Yoga





Wer: [@amazonia\\_yoga](#), [@lorena\\_yaconigouet](#) &  
[@jenefer\\_ansah](#)  
Wann: Sonntag 12. März 23, von 10.30-18.00 Uhr  
Wo: Foreveryone Brazilian Jiu-Jitsu  
Osterholzallee 140/144, Ludwigsburg 71636

Early Bird | 19.-€ bis 20.02  
Regular | 49.- ab 21.02 (alle Preise inkl. Mehrwertsteuer.)

**Bist Du dabei?**

Anmeldungs an:  
[hi@amazonia.yoga](mailto:hi@amazonia.yoga)

