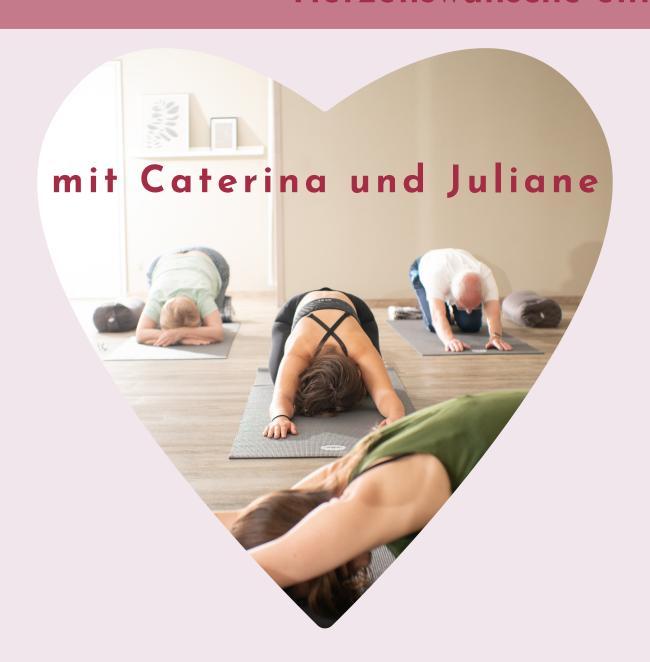
Entdecke die Magie der Verbindung von
Yin Yoga und Herzrunde
in unserem Workshop:

"Yin Yoga trifft auf Herzrunde Herzenswünsche entfalten".



18. Februar 202410 bis 14 Uhr

49, - €

Schulstraße 26 21220 Maschen Tauche ein in eine introspektive Reise, in der du deine innersten Bedürfnisse erforschst. Wir laden dich ein, an diesem einzigartigen Workshop teilzunehmen.

Der Ablauf umfasst eine <u>herzliche Begrüßungsrunde</u>, in der wir den Moment teilen und uns gegenseitig Raum geben. Finde dann dein ganz <u>persönliches Herzensöl</u>, das dich sanft durch die <u>Yin Yoga-Praxis</u> begleitet, und lass dich von der heilenden Kraft dieser Verbindung inspirieren.

Im anschließenden <u>Austausch</u> teilen wir, <u>was unsere Herzen</u> <u>höher schlagen lässt</u> und welchen Samen wir mit in die tief entspannende <u>Yoga Nidra</u>-Praxis nehmen möchten. Du entdeckst, was dein Herz wirklich begehrt und erlaubst dir, diesen Wünschen Raum zu geben.

Komm mit uns auf eine Reise der Selbstentdeckung und lass dein Herz hüpfen! Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit DIR in die Welt der Herzenswünsche einzutauchen.

YIN YOGA MEETS HERZRUNDE

Durch die Yin Yoga Praxis leitet dich die erfahrene Yogalehrerin Caterina Jochmann. Die Herzrunde wird begleitet und gehalten von Juliane Maronde, Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Egal, ob du ein erfahrener Yogi oder Anfänger bist, diese Veranstaltung lädt dich ein, in deine eigene Tiefe einzutauchen und dich mit anderen authentisch zu verbinden. Öffne dein Herz für die Kombination aus entspannendem Yin Yoga und herzerwärmender Gemeinschaft. Wir freuen uns darauf, diese Zeit des Friedens und der Verbindung mit dir zu teilen.

Mit Herz und Vorfreude Caterina und Juliane Wir freuen uns auf deine Teilnahme.

Anmeldungen unter:



Caterina Jochmann
0151-51443128
yoga@inspired-by-caterinajochmann.com
www.inspired-by-caterinajochmann.com



Juliane Maronde
0151-46658821
praxis@julianemaronde.de
www.julianemaronde.de