



Celebrate your spirit



**Internationaler FRAUENTAG
Sonntag, 08. März 2020**

Zum Luftholen – Abschalten - Ausgleich finden - Dich bewegen - Dir begegnen - einfach mal nur entspannen

Du erlebst mit Gleichgesinnten verschiedene Sessions

Nia und Yin-Yoga

Seminarort: Heikes Yoga- und Erfahrungsraum,
Gartenstr. 4, 53562 St. Katharinen b. Linz am Rhein

Ankommen bis 10:45 Uhr

11:00 – 12:30 Uhr NIA Workshop

12:45 – 13:30 Uhr Mittagspause

13:45 – 15:15 Uhr Yin-Yoga

15:15 – 16:00 Uhr Abschlussmeditation

Natalie und Heike

Inkl. Verpflegung und Getränke

39 Euro

Links:

<https://www.niacolonia.de/>

www.heikes-erfahrungsraum.de

