

Heldag Yoga/Qigong - ett hållbart liv

Var med under en dag och få snabb hjälp att hantera stress, få mer energi, läka, inspireras och utvecklas!

Många nöjda deltagare gör att vi vill ge fler möjlighet att prova våra verktyg - Kom på en heldagskurs! Perfekt för dig som vill skapa ett hållbarare liv och leva mer från hjärtat!

Vi använder effektiva sköna verktyg från Yoga och Qigong med egenutvecklat koncept för att passa nutidsmänniskan.

Det praktiska

Tid: Vi träffas lördagen den 16 mars kl 9.30-16.30.

Plats: Vi är i Shunyas lugna lokaler på Drottninggatan 21 i Kungsör.

Anmälan: Skicka ett mail till anna@shunya.se och berätta att du vill vara med. Vill du vara säker på att få plats, hör av dig idag!

Lärare: Anna von Schéele och Tomas Vesterbacka.

Kursavgift: 1520 kr.



Feedback

"Det här var det bästa jag gjort på hundra år"

"Jag förstår inte hur man kan bli så bra i nacke och axlar efter ett pass?"

"Vilken tur att jag provade på detta."

Shunya Inspiration -anna@shunya.se -0704-998365 -www.shunya.se