



Yoga nidra

Einige kurze Körper- und Atemübungen zum Ankommen, dann yogische Tiefenentspannung im Liegen.

Montags, 17-17.45 Uhr in Baden, Kronengasse 20F

29. Januar	24. Juni
26. Februar	23. September
25. März	28. Oktober
22. April	25. November
27. Mai	

Es sind keine Vorkenntnisse nötig!

Die Termine können einzeln besucht werden, Anmeldung bis am Vorabend.

Kosten Fr. 15.-

Barbara Dehm
Musikerin
dipl. Yogalehrerin YS

Tel.: 056 536 89 01
barbara@musikundyoga.ch
www.musikundyoga.ch