Yoga trifft Klangschale

Yoga wirkt wohltuend "von Innen"

beim Praktizieren der ASANAS durch den Wechsel von Anspannung und Entspannung auf die ENERGIEBAHNEN Deines Körpers und kann Blockaden und Verspannungen lösen.

Klang wirkt wohltuend "von Außen"

durch feinste Schwingungen, die durch Deinen Organismus wandern. Viele unterschiedliche Vibrationen der auf die jeweiligen Körperregionen zugeordneten Tibetischen Klangschalen verwöhnen und massieren auf sanfte Weise Deinen gesamten Körper.

Lass den Alltag hinter Dir und genieß in unserem Special die Kombination aus Yoga und Klang. Du wirst während der Yogastunde beim aktiven Praktizieren der Asanas von wohltuenden Klängen und Schwingungen der Klangschalen unterstützt und verwöhnt.

Termine: Freitag, **05.04.2024** und **24.05.2024** jeweils 17:00 – ca 18.30 h

Ort: Klanghof Niederberg Herdweg 4 in 50374 Erftstadt - Niederberg

Kosten: 30 € (Auf Wunsch auch als Gutschein erhältlich)

Info & Anmeldung: Heike Lemke heike006@gmx.de 0157 - 38 46 51 36
Stefanie Pohl info@rhein-erft-fit.de 0172 - 98 15 810