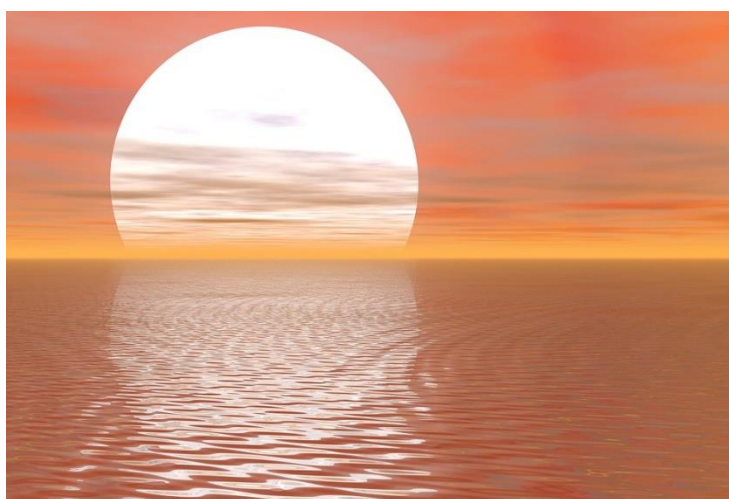


Söndagsyoga med spirituell touch



Datum: 17/3, 31/3, 14/4, 28/4, 12/5, 26/5

Tid: 15.00, varannan söndag (start 17/3)

Plats: Balance for you, gruppsalen

Pris: 6 ggr 990:-, alt. Drop-in 225:-/gång

Instruktör: Jennie Jansson, anmälan till jjs.healaway@gmail.com el. till Balanceforyou

Välkommen till ett lite annorlunda yogapass där vi utgår ifrån mediyogas program med varierande innehåll varje tillfälle. I tillägg till detta vägleder jag under passets gång deltagarna i olika meditationer och avslappningsövningar med andliga och spirituella inslag som gör att avslappningen i kropp och själ blir mycket djup, vilket i sin tur ger oss en chans att läka och återhämta oss på flera plan.