

SANFTE Aroma Yoga Stunde

🌙 Möchtest du abends leichter zur Ruhe kommen und tiefer schlafen? Diese besondere Yogastunde unterstützt dich mit sanften Bewegungen, wohltuenden Düften und gezielten Entspannungstechniken dabei, deinen Körper und Geist auf erholsamen Schlaf vorzubereiten.



- ✦ Was dich erwartet:
- ✓ Entspannende Yoga- und Atemübungen
 - ✓ Wohltuende ätherische Öle für inneres Gleichgewicht
 - ✓ Eine geführte Tiefenentspannung für erholsamen Schlaf
 - ✓ Ein kleines Goody als Erinnerung für zu Hause



 Datum: 2. Mai 2025
 Uhrzeit: 18:00 – 19:15 Uhr
 Kosten: 18 €
 Ort: YOGAZEIT Borken,
Rhederbrügger Str. 14a
46325 Borken
 Mit Claudia

Anmeldungen:
Whats App:
015128807753
Email:
claudiayogaborken@gmail.com
Instagram:
claudia_yoga_borken