

Die



Fußschule

Workshop

09.12.2018

11:30 - 13:45 Uhr

30€

So können Füße, Knie und Hüfte wieder schmerzfrei werden

Die Füße sind am weitesten vom Kopf entfernt und werden deshalb oft gar nicht beachtet.

Sie tragen uns durch das Leben und bilden eine Funktionseinheit mit Knien , Hüftgelenk und Schulter

und sind ein Spiegelbild unserer Seele

Traditionelle Hatha Yoga Übungen tragen zur Dehnung, Stärkung und Flexibilität von Körper, Geist und Seele bei

Und bilden das Grundgerüst für ein schmerzfreies , zufriedenes Leben



kontakt@yoga-vitalis.de

oder 0176 97658184