



Yoga nidra

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

Daten 2018

29. Januar	27. August
26. Februar	24. September
26. März	29. Oktober
30. April	26. November
28. Mai	17. Dezember
25. Juni	

Wochentag & Zeit

Montags von 17.00 bis 17.45 Uhr

Ort

Zentrum für Wohlbefinden
Badstrasse 17, 5400 Baden

Es sind keine Vorkenntnisse nötig!

Die Termine können einzeln besucht werden, Voranmeldung bis am Vorabend.
Kosten Fr. 15.-

Barbara Dehm
Musikerin
dipl. Yogalehrerin YS

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