Entspannung und Körperwahrnehmung durch Berührung

Dich wieder ganz fühlen. Bei Dir ankommen. Anspannung lösen.

02.03.24 GET TO KNOW
60€
16.03.24 INTENSIV WORKSHOP
"KÖRPER"
150€

04.05.24 INTENSIV WORKSHOP

"EMOTION"

150€

Bei Buchung beider Workshops ist das "Get to Know"



Charlotte Schlieker

Heilpraktikerin, Osteopathie M.Sc., Yogalehrerin, Doula Koerperwandern.de

Entspannung und Körperwahrnehmung durch Berührung

18-20:00 GET TO KNOW YOGA STUNDE + EINFÜHRUNG IN DIE WORKSHOPS

10-14:00 INTENSIV WORKSHOP

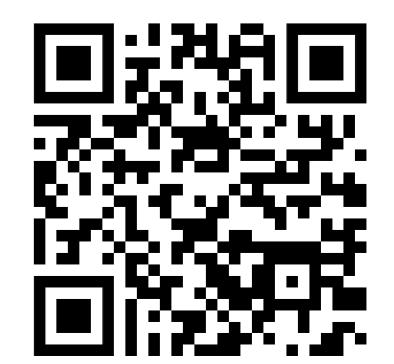
"KÖRPER"

KÖRPERLICHE BLOCKADEN ERKENNEN

UND LÖSEN LERNEN

10-14:00 INTENSIV WORKSHOP
"EMOTION"
EMOTIONALE BLOCKADEN ERKENNEN
UND LÖSEN LERNEN

Im Moya Yoga Mainz Frauenlobstraße 59



Entspannung und Körperwahrnehmung durch Berührung

INKLUSIVE:

DIGITALES WORKBOOK

PRO WORKSHOP MINDESTENS EINE YOGASTUNDE Á 90 MINUTEN

INDIVIDUELLE EINZELBEGLEITUNG DURCH PROFESSIONELLES HANDS-ON

ERLERNEN VON SELBSTMASSAGE UND ENTSPANNUNGSTECHNIKEN

VERPFLEGUNG MIT TEE UND GETRÄNKEN

Entspannung und Körperwahrnehmung durch Berührung

GET TO KNOW
02.03.24 18-20:00
YOGA STUNDE + VORSTELLUNG DER
WORKSHOPS

DICH WIEDER GANZ FÜHLEN.
BEI DIR ANKOMMEN.
ANSPANNUNG LÖSEN.

Melde Dich jetzt an und entdecke die Kraft der Berührung!

Im Moya Yoga Mainz Frauenlobstraße 59



Entspannung und Körperwahrnehmung durch Berührung

WORKSHOP "KÖRPER" 16.03.24. 10-14:00

KÖRPERLICHE BLOCKADEN ERKENNEN UND LÖSEN LERNEN.

DICH WIEDER GANZ FÜHLEN.
BEI DIR ANKOMMEN.
ANSPANNUNG LÖSEN.

BESONDERS GEEIGNET NACH VERLETZUNGEN, UNFÄLLEN, OPERATIONEN (KAISERSCHNITTE OÄ.)

> Im Moya Yoga Mainz Frauenlobstraße 59



Entspannung und Körperwahrnehmung durch Berührung

WORKSHOP "EMOTION" 04.05.24 10-14:00

EMOTIONALE BLOCKADEN ERKENNEN UND LÖSEN LERNEN.

DICH WIEDER GANZ FÜHLEN.
BEI DIR ANKOMMEN.
ANSPANNUNG LÖSEN.

BESONDERS GEEIGNET BEI STRESS, ÜBERBELASTUNG BIS BURNOUT

> Im Moya Yoga Mainz Frauenlobstraße 59

