

Deine Zeit für...

Entspannung am Abend für Körper, Geist und Seele



Martina Knufinke
Balance für Körper, Geist und Seele

Züri Unterland Yoga
Im Pünt 49
8105 Watt/ Regensdorf

Leichte Körperübungen ergänzt mit Achtsamkeits- und Atemübungen bringen dich zur Ruhe und in deine Mitte. Yogamatten sind vorhanden. Bequeme Kleidung und deine Anmeldung bis 14 Uhr am selben Tag, mehr braucht es nicht. Kosten pro Abend 25 Fr, Zahlung per twint oder bar.

Anmeldung und alle Infos zu meinen Angeboten:
MartinaKnufinke.ch oder 078 689 50 57

Jeden 1. Donnerstag im Monat
19 bis 20:15 Uhr
6. Okt./ 3. Nov./ 1. Dez 2022

