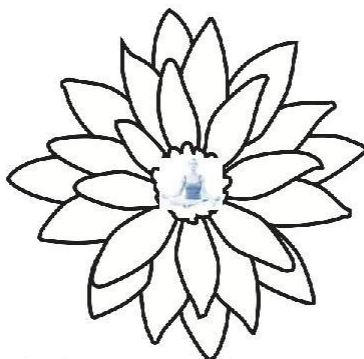


Nyd en lørdag formiddag i stilhed/tavshed med guidet yoga og meditation



Århus C

Program:

Introduktion til stilheden

Yoga - Afspænding - Meditation

Frokostpause (du har mulighed for at medbringe madpakke)

Meditation - Yoga - Afspænding

The/kaffe

Kommende datoer 2012 - Århus C

D. 04. febr. 2012, lørdag kl. 10.00 - 14.00 - Pris kr. 250,-

D. 14. april 2012, lørdag kl. 10.00 - 14.00 - Pris kr. 250,-

D. 02. juni 2012, lørdag kl. 10.00 - 14.00 - Pris kr. 250,-

(Dagene er ikke et forløb, men individuelle dage)

Du er velkommen til at ringe eller skrive til mig hvis du har spørgsmål, eller ønsker tilmelding.
Kundskaber til yoga og meditation er ikke nødvendigt. (Bemærk: begrænsede pladser.)

Mange venlige hilsner

Underviser: Nina Grønbech Pfeiffer

Århus C Tlf. 2020 7709 Email: nina@mind-and-motion.dk www.mind-and-motion.dk

Der er måtter og tæpper, men medbring gerne eget