



Kom på yoga i höst!

Oavsett var du befinner dig i livet, kan du behöva redskap för att komma i balans. Mitt redskap är Kundaliniyogan och jag vill dela med mig till dig, så att du kan varva ner, uppleva ett inre lugn, få ökad energi och stärka din kropp, ditt immunförsvar och inre stabilitet. Du får möjlighet att stanna upp en stund, ladda batterierna och bli mer medveten om dina inre styrkor.

Under kursen tar vi hänsyn till rådande hälso-rekommendationer. Vid minsta symtom såsom snuva, halsont, hosta eller feber stannar vi hemma. Då vi håller avstånd, vilket innebär ett begränsat antal platser. Tack för visad hänsyn!

Plats: Bagaregatan 3B, i Nyköpings Danscenters lokal.

Start: Tisdag 25/8 och torsdag 27/8

Tider: Tisdagar kl.18:30, Torsdagar kl.17:00 och 19:00.

Pris: Kursavgift 2.200 : - (16 gånger) och Drop-in 160 kr.

OBS! Kursanmälan senast 21 augusti, för Drop-in senast kl.14 samma dag.

Anmälan till 073-201 52 75 och betalning med Swish 123 261 26 87 eller Bankgiro 5285-6853, ange ditt namn, mobilnummer, dag och tid.

Välkommen till en stärkande stund med fokus enbart på dig själv!



Susann Wass, certifierad Kundalini- & Medicinskyoga instruktör samt yogamassör utbildad på Axelsons inst. Stockholm.

Mer info, gå in på Sannyoga.nu.

