



Balance und Wohlbefinden für Frauen

Hormon-Yoga zum Kennenlernen

Hormone sind Wirkstoffe in unserem Körper, die sehr subtil Stoffwechsel, Stimmung und unser Wohlbefinden beeinflussen.

Gezielte Yoga-Übungen, die auf die Hormondrüsen einwirken, helfen Frauen mit Wechseljahrs-Beschwerden, aber auch Frauen mit Regelschmerzen oder mit Kinderwunsch, ihren Hormonhaushalt ins Gleichgewicht zu bringen. Darüber hinaus vermittelt Hormon-Yoga ein gutes Körpergefühl, gibt Kraft und lässt jede Frau von innen strahlen.

Termine: 3 x Donnerstags jeweils 18.30 – 20 Uhr: 9., 16., 23. Mai 2019

Ort: Gesundheitszentrum Preding, Veranstaltungsraum 2. Stock
Vitalplatz 1, <http://gesundheitszentrum.at/gesundheitszentrum/>

Kennenlern-Angebot: € 48,- inkl. Unterlagen, Yoga-Matten & Hilfsmittel

Anmeldung bis 25. April 2019
info@margitweingast.at oder 0664/3121836!

Ich freue mich auf Sie!

Margit Weingast

