



Yoga & Pilates
CORINNA SCHMIDT

WEIHNACHTS-
GESCHENKIDEE
für Dich und
Deine Lieben



Thai-Yoga- Massage Workshop

Ein Workshop zum
Hineinschnuppern in die
Thai-Yoga-Massage und diese
heilsame Tradition

Termine:

Sonntag, 16 Jan. 2022

10.00 bis 12.30 Uhr

oder

Freitag, 21 Jan. 2022

19.00 bis 21.30 Uhr

Wie wirkt die Thai-Yoga-Massage?



Thai Yoga wirkt auf unterschiedlichen Ebene. Nahezu alle Gelenke werden passiv bewegt und mobilisiert. Atmung, Lymphsystem und Durchblutung werden positiv beeinflusst. Der Empfänger wird in eine Tiefenentspannung gebracht, die die Selbstheilungskräfte aktiviert und dazu führt, dass das vegetative Nervensystem vom sympathischen Modus (Handlungszustand) in den parasympathischen Modus (Ruhezustand) schaltet.

Thai-Yoga-Massage Workshop

2,5 Std. Workshop zum Preis von 45,- €/pro Person

Ich freue mich auf Dich,
Deine Corinna

Pilates- und Yogastudio Corinna Schmidt
Lindenstraße 27 • 73765 Neuhausen a.d.F.
Tel: 07158.9869553 • E-Mail: info@pilates-yoga-neuhausen.de
Web: pilates-yoga-neuhausen.de