



VÄLKOMMEN PÅ ENDAGSRETREAT

En dag med Sensing Yoga, fokus på din kropp och på att finna inre lugn.

Under dagen hittar du sätt att börja lyssna på din kropp och att förstå kroppens språk.

Söndagen den 11 februari kl 9-15. Lätt lunch, frukt och vatten ingår. Möjlighet till bastu- och kallbad.

Plats Halltorps Gästgiveri, Öland

Pris: 950:- **in Now**

Anmälan till petra@theyogahug.se

The Yoga Hug

HITTA DITT INRE LEENDE

