

YOGA FÖR HJÄRTAT

Medicinsk yoga



LÄRARE: PAULA GINSBURG
DATUM: 5/9, 19/9 & 3/10 | TID: KL 15.00-16.45
PRIS 190 KR PER GÅNG

Fysiska övningar och meditationer som värmer upp, läker och stärker hjärtat, dess muskler, cirkulatoriska flöden och nerver. Dessutom stimuleras positiva hormoner och spänningar släpper i både kropp och sinne. Begränsat antal platser. Alla nivåer.
