

Dein innerer Sommer - für Frauen

... entzünde dein inneres Feuer!

Samstag, 10. Juni 2023, 9.30 – 15.00 Uhr



Der Sommer ist voller Energie und Lebensfreude,
feurig, leidenschaftlich, stürmisch, leuchtend, sexy, heiss...

All das ist auch in dir!

Wir zivilisierten Mensch haben verlernt Spass zu haben, laut zu lachen oder ausgelassen zu tanzen. Wir haben verlernt Lebensfreude zu zelebrieren.

Das werden wir an diesem Tag ändern! Wir sprengen die Boxen aus Scham und Hemmungen und lassen unsere Lebensfreude sprudeln!

Glücklich zu sein, fühlt sich nicht nur gut an, sondern wirkt sich positiv auf unsere physische wie psychische Gesundheit aus.

Lebensfreude ist die beste Gesundheitsvorsorge die es gibt!

- Erlebe die Qualitäten des Sommers im Atem, in der Bewegung und darüber in Dir.
- Erfahre wie viel Spass es macht, deine gewohnten Boxen zu verlassen.
- Wir werden uns viel bewegen und dabei sommerlichen Spass haben.
- Du hast nie so viel Energie zur Verfügung wie im Sommer, erlebe wie viel Energie in dir steckt.
- Ein Tag, um dein inneres Feuer zu entfachen und hell leuchtend nachhause zu gehen.

Kursleitung: Yvonne Frey, Weiber Yoga, Lima Lima, freyzyt.ch
Kursort: Raum Samyama, Sandweg 7, 5600 Lenzburg

Ausgleich: CHF 130.00, bringst du eine Freundin mit erhältst du CHF 20.- Rabatt auf deine Buchung

Anmeldung: dini@freyzyt.ch oder 079 476 02 61

www.freyzyt.ch