

YIN UND REIKI

Entspannung finden. Ruhe erleben.



Mittwochs

17.30 – 18.45 Uhr

75 Minuten

Daten

ab 5. November 5x

Ausgleich

5x Yin Yoga und
Reiki, a 75 Minuten
CHF 125

DROP IN CHF 29

Zahlbar: TWINT, Bar

Reiki ist kein Heilversprechen, es ist
eine wertvolle Ergänzung.



MELDE DICH

Stefanie Eckert

Coach, YinYoga-Lehrerin
Natur- und
Wildnispädagogin, Reiki,
Zahlen und Tarot,
Primarlehrerin
0041 (0)78 401 33 22

stefanie@seelenbaden.ch

Ort: Yogastudio Yoga am
See Ermatingen CH

Seelenbaden – Yin Yoga und Reiki

Tauche ein in tiefe Entspannung und sanfte Energiearbeit.

Ab 5. November begleite ich Dich an fünf Abenden auf eine Reise zu mehr Ruhe, innerem Gleichgewicht und neuer Lebensfreude.

✦ **Yin Yoga** – achtsame, länger gehaltene Dehnungen, die Körper und Geist öffnen.

✦ **Reiki** – eine sanfte, energetische Heilmethode, die durch das Auflegen der Hände oder über die Ferne wirkt. Bei der Lebensenergie ins Gleichgewicht gebracht und Deine Selbstheilungskräfte angeregt werden.

Für mehr Informationen oder um Dich anzumelden, kannst Du mich gerne direkt kontaktieren.

Auf meinem Instagram-Account [@stefanie.eckert_](https://www.instagram.com/stefanie.eckert_) findest Du weitere Einblicke und Inspiration.

Gönn dir eine Auszeit – für mehr Balance und Wohlbefinden.

Ich freue mich auf dich. Stefanie

