

Neuer Kurs!

Lu Jong

Tibet. Heil-Yoga



Lu Jong

Lu Jong ist eine uralte, hoch wirkungsvolle Bewegungs- und Atem-Praxis, die körperliche und geistige Gesundheit stärkt und das innere Gleichgewicht wieder herstellt.

Auf sanfte Weise lösen sich Spannungen und Blockaden aus unserem Körper, Gelenke werden freier, die Wirbelsäule flexibler, stärker und aufrechter, der Geist wird klar und ruhig. Glückseligkeit kann einziehen.



**Schließe Freundschaft mit
Deinem Körper und Deinem
Geist und beginne zu leuchten!**



**Die Übungen sind für ALLE
geeignet, unabhängig von
Alter und Beweglichkeit!**

**Donnerstags, 17:30 - 18:45 Uhr
im Prana-Zentrum Dieburg
UND
online!**

Die Stunden werden aufgezeichnet und
können wiederholt bzw. nachgeholt
werden, solltest Du einmal nicht live
teilnehmen können.

Anmeldung:

Britta Sattig

0160/3648640

brittasattig.de



Ich freue mich auf Dich!